

اطلاعات

انتشار گزارش های ۶ماهه در بورس

به نظر می‌رسد رفتار این روزهای سهامداران در بورس تهران تا حدی تحت تاثیر تصمیمات هیجانی است اما پیش‌بینی انتشار گزارش‌های شش ماهه قوی از سوی بسیاری از شرکت‌ها، شرایط پایداری جذاب عمده صنایع برای سرمایه‌گذاری و رفتار عقلایی بازگیران حقیقی و حقوقی می‌تواند بازار سهام را با چشم‌انداز مثبت در میان مدت و بلند مدت همراه سازد.
بورس تهران از ابتدای سال تا کنون باره متوسط پیش از ۳۰ درصد داشته است، این در حالیست که رکوردشکنی های متوالی شاخص بازار سهام، منجر به ثبت اعداد جدید و تاریخی در این بازار شد؛ این با وجود این روزها، علیرغم رفتار منطقی ماه های اخیر، شاهد نفوذ هیجانات کاذب به بالا، شیشه‌ای هستیم که باید با هوشیاری سهامداران از محدوده بازار خارج شود.

همایون دارابی مدیر صندوق های سرمایه‌گذاری کارگزاری بانک آینده، در گفتگو با پایگاه خبری بازار سرمایه (سنا)، بیان کرد: عملکرد بورس تهران را در چند وجه متفاوت؛ می‌توان بررسی کرد یا این وجود به‌طور اجمالی باید گفت بازار سهام همچنان در شرایط پایداری خوبی برای سرمایه‌گذاری برخوردار است این شرایط مناسب علاوه بر رشد فروش و رشد آوری شرکت‌های صادرات محور موضوع بر سه‌نوی تورمی بازار برای برابری نئی نیز باز می‌گردد.
واقعاً در روزهای اخیر ارزش جایگزینی شرکت‌ها و توان ارزشزمنشی بنگاه های بورسی را تقویت خواهد کرد.
وی با اشاره به انتشار گزارش های مرداد شرکت های بورسی بیان کرد: بررسی عملکرد بسیاری از شرکت ها در ماه مرداد، از افزایش فروش و صادرات آن‌ها خبر می‌دهد. این موضوع در صنایع کوچک پررونک تر بوده و همین مورد یکی از عوامل اقبال کنونی سسه‌هایداران به این سهم ها است.

دارابی همچنین افزود: طی پنج ماهه گذشته بسیاری از نامدا، به ویژه نامداهای صنایع بزرگ مانند پترو- معنی ها و پالایشی‌ها توانستند تا حد قابل توجهی از سود پیش‌بینی شده را پوشش دهند همچنین مقدار تولید این شرکت ها در این مدت هم مطلوب ارزیابی شد این موضوع می‌تواند به عنوان سیگنال مثبت برای گزارش های شش‌ماه ابتدای سال مطرح باشد.

کارشناس بازار سرمایه در خصوص چشم انداز گزارش‌های شش ماهه بیان کرد: بورس تهران از ابتدای سال ۹۷ تا کنون توانست باردهی مطلوبی برای سهامداران داشته باشد. در این میان، اهم‌ اصلی رشد شاخص صنایع کالا محور بودند که در مقاطعی توانستند از تحولات ارزی کشور، منتفع شوند.

وی افزود: افزایش تقاضا و هجوم نقدینگی به این صنایع که عمدتاً از سوی حقیقی‌ها بود، توانست رشد قیمتی بسیاری از نامداها را به همراه داشته باشد. با وجود مشکلات بوجود آمده در سیاست های ارزی که برای این صنایع وارد درد، پیش‌بینی می‌شود بسیاری از این شرکت‌ها هم طی نیمه اول سال ره آورده‌های مطلوبی برای سهامداران خود داشته باشند.

وی گفت: با به رسمیت شناخته شدن بازار ثانویه شرکت‌های صادرات محور که در شش ماهه نخست اسمال فقط یک و نیم ماه را در مزیت ارز ثانویه استفاده کرده اند در سه ماهه سوم گذشته، شاهد رشد سود و شاخص خواهد بود، همچنین امیلوایزم موضوع رانت بی سابقه فروش با ارز ۲۲۰۰ تومانی هم در بورس کالا خاتمه باید.

دارابی گفت: اقدام شورای بورس در معامنت از زیان بیشتر شرکت‌های فولادی و پتروشیمی مورد تقدیر و تشکر بازار است و می‌بایست از حیل‌های بورس و بورس کالا به خاطر ایستادگی در برابر جو ساریها و حملات عده ای دلال‌طلبانه بیشتر به تشکر کرد و از این تصمیم گران به ره نحوه ممکن حمایت شود.

مدیر صندوق سرمایه‌گذاری بانک آینده در بخش دیگر اظهاراتش، با اشاره به بهبود عملکرد دیگر صنایع طی این مدت گفت: از صنایع دیگری که در نیمه نخست سال موفق عمل کرده اند، می‌توان به گروه بانکی اشاره کرد بازگشایی عمده نامدهای این صنعت و کاهش زیان بسیاری از بانک‌ها که نسبت به دوره های قبل برای سهامداران سیگنال مثبتی به شمار می‌رود.

وی افزود: اقبال از سهام صنعت بانک در شرایطی افزایش یافته است که به نظر می‌رسد شرایط تورمی اقتصاد فرصتی برای بروز رونق بانک‌ها در شرایط کنونی است به‌دور توجه‌های مثبت تورم ایجاد شده در وقت فرصت مناسبی را به بانک‌های‌ارای اصلاح وضعیت ساختاری فراهم کرده است.

دارابی در ادامه با اشاره به دیگر صنایع گفت: به‌طور کلی در بسیاری از صنایع شاهد تحولات مثبت در زمینه صادرات، فروش داخلی و تولید محصولات جدید بوده ایم. این موضوع در نهایت می‌تواند احتمال انتشار گزارش های شش‌ماهه مطلوب را قوت بخشد و منجر به اقبال سهامداران و بورس بازار شود.

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

نمایش عمومی

<

در گذشت همکار قدیمی وصیمی

روزنامه اطلاعات



بناهایت تأسف و اندوه فراوان، روزنامه اطلاعات یکی از همکاران قدیمی و صمیمی خود را دست داد.

روانشاد حمیدرضا بهرام بیگی از نخستین سال‌های پیروزی انقلاب ۱۳۵۷، همکاری خود را در سازمان شهرستان‌های روزنامه اطلاعات به عنوان معاون سازمان شهرستان‌ها آغاز کرد و تا آخرین روزهای عمر با عزتش این سمت را بر عهده داشت.

شادروان بهرام بیگی، دوسال پیش به افتخار بازنشتگی نایل آمد اما به خاطر عشق و علاقه وافری که به کارش داشت به ادامه همکاریش با روزنامه اطلاعات پرداخت.

در میان همکاران به عنوان چهره دوست‌داشتنی شهرت داشت و متواضع و فروتن بود. در گذشت این یار دیرین سرویس اخبار و سازمان شهرستان‌ها را به خانواده گرفتار تقدیر بهرام بیگی، به ویژه همسر و دو فرزندش تسلیت می‌گوییم و با آرزوی رحمت واسعه الهی برای آن عزیز از دست رفته، برای داغ‌دیدگان و سگان سببی و نسبی آن روانشاد از خداوند یکتا طول عمر و شکیبایی مسئلت داریم.

اجرای طرح «ایران مهرات» ویژه دانش آموزان از مهر ماه در استان یزد

است.
اودر مورد این طرح گفت: دانش آموزان پایه اول متوسطه دوم براساس این طرح موظف به فراگیری آموزش‌های مهارتی به مدت ۶۰ ساعت هستند و این آموزش‌ها براساس سلیقه دانش آموزان و به هایت تعلیمی و تربیتی آن‌ها دانست.

علی‌اقتضای با-الشرایع قانون الزام کارگیری و استخدام مهارت‌آموزنگان فنی و حرفه‌ای در بسازار کرد، برخی از تفاهنامه‌های و مشخص فنی و حرفه‌ای با سایر دستگاه‌ها و راسنای مهارت‌آموزی افراد را تشریح کرد و گفت: براساس این طرح که از ابتدای مهر ماه امسال در استان آغاز شده، ۱۰ درصد دانش آموزان مدرس دولتی و ۱۰۰ درصد دانش آموزان مدارس غیردولتی و هیات امنای موسسه به شرکت در این طرح هستند. در ادامه به تفاهنامه فنی و حرفه‌ای با قرارگاه مهارت‌آموزی ستاد کل نیروی‌های مسلح اشاره کرد و یادآور شد: براساس این تفاهنامه، سازمان فنی و حرفه‌ای سالیانه متعهد به آموزش مهراتی ۱۰ هزار سرباز است که تعهد استان یزد در این رابطه برای سال ۸۹۰ نفر است.

به گفته وی، در پنج ماهه نخست امسال ۷۱۹ سرباز در یادگان‌های استان یزد از آموزش‌های مهارتی بهره‌مند شده‌اند و با ادامه این روند تا پایان سال می‌توانیم تا بر برابر تعهد خود اقدام کنیم.

افاضلی از تفاهنامه فنی و حرفه‌ای با وزارت علوم نیز خبر داد و گفت: نظر به این که بخش عمده‌ای از یکپارکان امروز جامعه فارغ التحصیلان دانشگاهی هستند، طبق مفاد این تفاهنامه ارائه آموزش‌های مهارتی در دانشجوین

آگهی مزایده

شرکت صنایع آلومینیوم دوران در نظر دارد اقلام و ماشین آلات کار کرده خود را به شرح ذیل از طریق مزایده عمومی به فروش برساند:

خط کامل تولید پروفیل آلومینیوم، خط رنگ پودری الکترواستاتیک، خط آبکاری و اتودایز

متقاضیان واجد شرایط جهت دریافت اوراق مزایده از تاریخ درج آگهی به مدت ۱۰ روز کاری

از ساعت ۱۸ الی ۱۶ به آدرس ذیل مراجعه نمایند.
بزرگراه فتح – بدع میدان شیر – پاسپورته یزه – کوئ ۱۷ شهپور (شادآباد) خیابان شمسالهدی بسیج یلاک ۱۲ – تلفن ۰۷۶-۶۶۸۲۰۷۶ داخلی ۱۰۳

آگهی مزایده

یک شرکت معدنی در نظر دارد مقدار ۲۷۰۰۰ متر مربع سنگ بریده شده استاندارد از نوع مرمریت دهییداصل در سنگ های ۸۰×۸۰×۳٫۰۰ را به غوثینر سب و بابو برش همراه با حدود ۷۰۰ هزار متر عنوا سنگ های بریده مرمریت و تراورتن در سایزهای ۶×۶×۰٫۶ به پایین را از طریق مزایده بفروشد.
سازند.

۱۰ روز با تلفن ۰۱۷۱۵۱۱۷۱۵-۰۹۱۷۷۵۰۰ آقای رضاسلیمتی تماس حاصل نموده و اوراق مزایده پیشنهاده و بازدید را در موارد مورد مزایده را هماهنگ نمایند و پیشنهاد های خود را حداکثر تا تاریخ ۱۳۹۷/۶/۲۷ در پاکت در بسته و اخذ رسید تحویل نمایند.

پرداخت ۵/ مبلغ پیشنهادی بعنوان سپرده مزایده الزامی است.
ضمناً شرکت در رد با قبول پیشنهاد ها مختار می باشد.

آگهی مزایده

یک شرکت معدنی در نظر دارد مقدار ۲۷۰۰۰ متر مربع سنگ بریده شده استاندارد از نوع مرمریت دهییداصل در سنگ های ۸۰×۸۰×۳٫۰۰ را به غوثینر سب و بابو برش همراه با حدود ۷۰۰ هزار متر عنوا سنگ های بریده مرمریت و تراورتن در سایزهای ۶×۶×۰٫۶ به پایین را از طریق مزایده بفروشد.
سازند.

۱۰ روز با تلفن ۰۱۷۱۵۱۱۷۱۵-۰۹۱۷۷۵۰۰ آقای رضاسلیمتی تماس حاصل نموده و اوراق مزایده پیشنهاده و بازدید را در موارد مورد مزایده را هماهنگ نمایند و پیشنهاد های خود را حداکثر تا تاریخ ۱۳۹۷/۶/۲۷ در پاکت در بسته و اخذ رسید تحویل نمایند.

پرداخت ۵/ مبلغ پیشنهادی بعنوان سپرده مزایده الزامی است.
ضمناً شرکت در رد با قبول پیشنهاد ها مختار می باشد.

تاریخ انتشار آگهی: ۱۳۹۷/۶/۱۷

شماره ثبت: ۲۰۴۳۳

شرکت تعاونی ناسرن کاتفر و ناسرن تهران
آگهی دعوت مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول
بدینوسیله از کلیه اعضای محترم شرکت تعاونی دعوت می شود تا در مجمع عمومی فوق العاده نوبت اول که رأس ساعت ۱۷ روز شنبه مورخ ۱۳۹۷/۶/۲۳ در محل شرکت تعاونی واقع در خیابان انقلاب روبروی دانشکده توانبخشی خیابان شهید عباسپور ایستگاه بیست و شرف یلاک ۱ تشکیل می گردد، حضور به هم رسانند.
نوعه در صورتیکه هر یک از اعضا، نتوانند در مجمع عمومی فوق حضور یابند می توانند استناد از حق خود برای حضور و اعمال رای در مجمع عمومی به یک نماینده تام الاختیار واگذار کنند. تعداد ارا وکالی در صورت حواکثر سه رای و هر شخص غیر عضو یا نماینده رای خواه بود، لازم به ذکر است نماینده تامالاختیار با نماینده هیئت بازرسی تعاونی و یکی از اعضای هیئت مدیره خواهد بود. بدین منظور صورت متقاضی اعلای نمایندگی می باشد تا تاریخ انتشار آگهی حداکثر تا پایان تاخاری روز پنجشنبه مورخ ۱۳۹۷/۶/۲۴ ساعت ۱۰ صبح تا بعدازظهر به همراه نماینده خود و در دست داشتن مدرک مدعیه خود و تعاونی و کارت شناسایی معتبر و ارائه تصویر فتیحه کارت ملی نماینده وکیل در محل دفتر شرکت تعاونی حاضر تا ناس رس از حق هرز طرفین (عضویت متقاضی و اهلیت نماینده، بر که نماینده مربوط توسط مقام مذکور تایید کرد و درود به صورت رسمی بر این نماینده صادر گردد. ضمناً دارای می شود و وکالتنامه فقط تا تاریخ ثبت شده پذیرفته خواهد شد. و بعداز آن نماینده میسر نخواهد بود. این جمع با حضور حداقل دو سوم از اعضاء رسمیت می یابد و تصمیماتی که در آن اتخاذ می شود برای کلیه اعضاء (اعم از غایب و مخالف و حاضر) نافذ و معتبر خواهد بود.
مستور جلسه - در صورتیکه در مدت یک ماهه (۱۰ هفته) نمودن بند ۱ به ساد ۳ - تغییرات در بخش ۱ در مدت یک ماهه (۱۰ - تعیین تغییرات در بخش متقاضی عضویت جدید) - تغییرات در ساد ۴ - ۲۲ - تعیین در ساد ۲۵ - تعیین شرایط اختصاصی و تخصصی جهت اخراج سمت‌های هیئت مدیره، مدیرعامل و بازرس شرکت تعاونی)
رئیس هیئت مدیره

اخبار شهرستانها

افتتاح ۱۵ طرح بهداشتی، درمانی و آموزشی در خراسان جنوبی با حضور وزیر بهداشت و درمان



روستایی به دلیل کمبود نیروی انسانی در نوبت عصر تعطیل هستند و اگر روستائیان مشکلی داشته باشند، بیمارستان‌ها هم آنها را پذیرش نمی‌کنند. در این زمینه باید از سوی مسئولان شبکه‌های بهداشت و درمان چاره‌اندیشی شود تا روستائیان دچار سرگمی نشوند.
۳۵/۳ میلارد دلار به بخش درمان کشور اختصاص یافته است
وزیر بهداشت، درمان و آموزش پزشکی در حاشیه مراسم بهره‌برداری از طرح‌های بهداشت و درمان دانشگاه علوم پزشکی گناباد با اختصاص ۳۵/۳میلارد دلار به بخش بهداشت و درمان کشور در شرق خراسان و در دستور کار است و این مبلغ با تأکید رئیس‌جمهوری برای کاهش تبعات نوسانات ارزی در بخش بهداشت و درمان اختصاص یافته است. وی اظهار داشت: دولت در هر شرایط مانع از آسیب و سختی‌های نوسانات ارزی و شرایط اقتصادی حاصل از آن بر بخش بهداشت و درمان برای مردم می‌شود. هاشمی صرفه جویی را اولویت نخست وزارت بهداشت و بخشهای تابعه آن ذکر کرد و هم داغم‌اشوند به عنوان خرید خدمت فعالیت کند.این حال در یک سال گذشته به عهد خود پایبند بودیم و همه تلاش ما این بود که در حفظ استقلال بیمه‌ها در ارائه خدمات درمانی بهداشتی به مردم خالی وارد نشود. هاشمی با اشاره به لزوم شفافیت در بیمه سلامت اظهار داشت: خدمات الکترونیکی که نقش مهمی در شفافیت و ارتقای خدمات رسانی دارد، تا چند ماه آینده در بیشتر مراکز درمانی کشور عملیاتی خواهد شد.

وی گفت: برخی مراکز بهداشت و درمانی و

با همکاری دانشگاه‌ها در دستور کار قرار گرفته

است.
وی یکی از اقدامات موثر فنی و حرفه‌ای در راستای رفع محدودیت‌های رشته‌های آموزشی را اجرای طرح مهارت‌آموزی در محیط کار واقعی خواند و گفت: براساس این طرح از ظرفیت‌های بخش خصوصی و اصناف در رشته‌های که فنی و حرفه‌ای وجود ندارد برای آموزش متقاضیان اقدام خواهد شد.مدیر کل فنی و حرفه‌ای استان یزد در ادامه به اعتبارات این اداره کل اشاره و در این باره افزود: اداره کل فنی و حرفه‌ای استان دارای ۳۰ مرکز آموزشی است که قدمت برخی از آنها بیش از ۱۰۰ سال و چهار فرسودگی است لذا مشیخته‌انه با اختصاص ۱۵میلیون تومان اعتبارات ملی عمرانی، بهسازی این مراکز در دستور کار قرار گرفته‌وی همچنین به اختصاص ۵۰۰میلیون تومان اعتبارات ملی خرید تجهیزات از این اداره کل، افزود: از محل این اعتبارات سز از نیازسنجی هر یک از مراکز، تجهیزات و توزیع و نصب متناسب با مراکز شد. وی به خرید و پرداخت ۱۷ دستگاه خودرو سواری جدید خارجی برای تجهیز کارگاه‌های آونماکیار مراکز آموزشی نیز اشاره کرد و گفت: مشیخته‌انه با این اقدامات مهرات آموزان با مکانیک و تعمیرات و دروهای جدید خارجی نیز آشنا می‌شوند.

افاضلی از اختصاص ۲۹۹ میلیون تومان اعتبارات استانی نیز به این اداره کل خبر داد و با اشاره به انجام طرح رهگیری شغلی مهارت‌آموزان مراکز دولتی به صورت سالیانه، افزود: در استان

افاضلی از اختصاص ۲۹۹ میلیون تومان اعتبارات استانی نیز به این اداره کل خبر داد و با اشاره به انجام طرح رهگیری شغلی مهارت‌آموزان مراکز دولتی به صورت سالیانه، افزود: در استان

آگهی تغییرات شرکت پز و آف‌صایه ایران بان شرکت سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۶۵۵ و شماره ملی ۰۲۰۰۴۷۰۹۲۰۱۴
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی دایر تاریخ ۱۳۹۷/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
۱- شرکتی که شرح زیر تغییر نام تهران، خیابان بلداران، خیابان شهید محسنی (حسن منتظم) بین خیابان، پلاک ۱۳، کوئ گشتی ۱۳۹۷/۱۱/۱۹
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت مهندسن مشاور ایتساکو با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۱۰۰۵۱۱۴۳۳۰۰ و شماره ملی ۱۰۱۰۱۴۳۳۳۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۶/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۶/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۶/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت گرو مهندسن مشاور و دانش یزد با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۳۷۲۱۲ و شماره ملی ۱۰۱۰۰۲۷۷۹۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۰۵/۲۲ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۶/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۲۷ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۲۷ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۲۷ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۲۷ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۰۴/۲۷ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

اخبار شهرستانها



پیگیری‌های مستمر، این مهم محقق شده‌است. هاشمی گفت: داروسازی که طی یک سال گذشته دارو را با ارز ۳۰ هزار ریال عرضه می‌کرد، این مدت با وجود نوسانات نرخ ارز هنوز مطالبات خود را نیمه دریافت نکرده‌است و شرکتان خوبی در قالب طرح خراسان سلامت انجام شده‌است که در هر حال یک‌هستمی بیشترین اورژانس‌های کشور است. هاشمی اظهار داشت: امروز شاهد کمترین بیشترین اورژانس‌های کشور در هر کار یک‌هستمی مرکز شناخت شده است و بهر‌رئزین تجهیزات دنیا نیز در این مراکز وجود دارد و با ابراز خرسندی از ساخت اورژانس فردوس و نمونه‌های مشابه آن در استان گفت: در این مراسم ۴ طرح بهداشتی در شهرستان‌های گناباد و بجستان در جنوب خراسان رضوی با حضور وزیر بهداشت، درمان

پیگیری‌های مستمر، این مهم محقق شده‌است. هاشمی گفت: داروسازی که طی یک سال گذشته دارو را با ارز ۳۰ هزار ریال عرضه می‌کرد، این مدت با وجود نوسانات نرخ ارز هنوز مطالبات خود را نیمه دریافت نکرده‌است و شرکتان خوبی در قالب طرح خراسان سلامت انجام شده‌است که در هر حال یک‌هستمی بیشترین اورژانس‌های کشور است. هاشمی اظهار داشت: امروز شاهد کمترین بیشترین اورژانس‌های کشور در هر کار یک‌هستمی مرکز شناخت شده است و بهر‌رئزین تجهیزات دنیا نیز در این مراکز وجود دارد و با ابراز خرسندی از ساخت اورژانس فردوس و نمونه‌های مشابه آن در استان گفت: در این مراسم ۴ طرح بهداشتی در شهرستان‌های گناباد و بجستان در جنوب خراسان رضوی با حضور وزیر بهداشت، درمان

پیگیری‌های مستمر، این مهم محقق شده‌است. هاشمی گفت: داروسازی که طی یک سال گذشته دارو را با ارز ۳۰ هزار ریال عرضه می‌کرد، این مدت با وجود نوسانات نرخ ارز هنوز مطالبات خود را نیمه دریافت نکرده‌است و شرکتان خوبی در قالب طرح خراسان سلامت انجام شده‌است که در هر حال یک‌هستمی بیشترین اورژانس‌های کشور است. هاشمی اظهار داشت: امروز شاهد کمترین بیشترین اورژانس‌های کشور در هر کار یک‌هستمی مرکز شناخت شده است و بهر‌رئزین تجهیزات دنیا نیز در این مراکز وجود دارد و با ابراز خرسندی از ساخت اورژانس فردوس و نمونه‌های مشابه آن در استان گفت: در این مراسم ۴ طرح بهداشتی در شهرستان‌های گناباد و بجستان در جنوب خراسان رضوی با حضور وزیر بهداشت، درمان

هوشمندسازی شهر هاید بارو یکدرا فزایش رفاه شهروندان باشد

شیراز – خبرنگار اطلاعات: هوشمندسازی شهرها باید با رویکرد افزایش رفاه شهروندان و ایجاد حس بهتر برای زندگی در شهر انجام شود. شهردار شیراز در حاشیه مراسم اعضای تفاهنامه همکاری درخصوص هوشمندسازی شیراز افزود: یکی رعم ایجاد ساختارها و انجام پروژه‌های بهداشتی و دانشگاهی، افرادی با تراز علمی تشکیل شد تا از طریق دفتر خانه مرکزی، یک‌هفته‌کارهای هوشمندسازی انجام شود. شیراز با توجه به شرایط خاص این حوزه شهرها سلامت و رفاهی، تحقق کامل هوشمندسازی امری فراموشانی است که فقط با مدخله شهردارهای انجام نمی‌شود بلکه نیازمند همکاری نهادهای متعدد است. وی با تأکید بر اینکه در شهرداری شیراز نگاه روشنی

نسبت به هوشمندسازی وجود دارد، افزود: پراگندگی اقدامات و جزیره‌ای عمل کردن می‌تواند بزرگ‌ترین عامل بازدارنده و مانع پیشرفت در این حوزه باشد. شهردار شیراز در حاشیه مراسم اعضای تفاهنامه همکاری درخصوص هوشمندسازی شیراز افزود: یکی رعم ایجاد ساختارها و انجام پروژه‌های بهداشتی و دانشگاهی، افرادی با تراز علمی تشکیل شد تا از طریق دفتر خانه مرکزی، یک‌هفته‌کارهای هوشمندسازی انجام شود. شیراز با توجه به شرایط خاص این حوزه شهرها سلامت و رفاهی، تحقق کامل هوشمندسازی امری فراموشانی است که فقط با مدخله شهردارهای انجام نمی‌شود بلکه نیازمند همکاری نهادهای متعدد است. وی با تأکید بر اینکه در شهرداری شیراز نگاه روشنی

نسبت به هوشمندسازی وجود دارد، افزود: پراگندگی اقدامات و جزیره‌ای عمل کردن می‌تواند بزرگ‌ترین عامل بازدارنده و مانع پیشرفت در این حوزه باشد. شهردار شیراز در حاشیه مراسم اعضای تفاهنامه همکاری درخصوص هوشمندسازی شیراز افزود: یکی رعم ایجاد ساختارها و انجام پروژه‌های بهداشتی و دانشگاهی، افرادی با تراز علمی تشکیل شد تا از طریق دفتر خانه مرکزی، یک‌هفته‌کارهای هوشمندسازی انجام شود. شیراز با توجه به شرایط خاص این حوزه شهرها سلامت و رفاهی، تحقق کامل هوشمندسازی امری فراموشانی است که فقط با مدخله شهردارهای انجام نمی‌شود بلکه نیازمند همکاری نهادهای متعدد است. وی با تأکید بر اینکه در شهرداری شیراز نگاه روشنی

سرویس شهرستان‌ها رئیس هیات مدیره موسسه خبریه محکم استان کهگیلویه و بویراحمد گفت: پزشکان متخصص این موسسه ۶۷۴ بیمار در بیمارستان‌های یاسوج بحث عمل جراحی قرار دارند. دکتر محمدرضا نیکبخت افزود: از ابتدای تابسیس موسسه تاکنون ۶۷۴ بیمار توسط پزشکان در این موسسه ویزیت شده‌اند.

سرویس شهرستان‌ها رئیس هیات مدیره موسسه خبریه محکم استان کهگیلویه و بویراحمد گفت: پزشکان متخصص این موسسه ۶۷۴ بیمار در بیمارستان‌های یاسوج بحث عمل جراحی قرار دارند. دکتر محمدرضا نیکبخت افزود: از ابتدای تابسیس موسسه تاکنون ۶۷۴ بیمار توسط پزشکان در این موسسه ویزیت شده‌اند.

سرویس شهرستان‌ها رئیس هیات مدیره موسسه خبریه محکم استان کهگیلویه و بویراحمد گفت: پزشکان متخصص این موسسه ۶۷۴ بیمار در بیمارستان‌های یاسوج بحث عمل جراحی قرار دارند. دکتر محمدرضا نیکبخت افزود: از ابتدای تابسیس موسسه تاکنون ۶۷۴ بیمار توسط پزشکان در این موسسه ویزیت شده‌اند.

آگهی تغییرات شرکت خدمات بازرگانی آینده‌گر مهر سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۹۲۴۰ و شماره ملی ۰۲۰۰۴۶۵۵۰۹۱۰۳۸۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت مهندسن مشاور ایتساکو با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۱۰۰۵۱۱۴۳۳۰۰ و شماره ملی ۱۰۱۰۱۴۳۳۳۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۶/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی بطور فوق العاده مورخ ۱۳۹۷/۱۱/۱۹ تصویب ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

آگهی تغییرات شرکت نوین پرنامه کار ارف با سهامی خاص به‌شماره ثبت ۴۶۷۸۱۲ و شماره ملی ۱۴۰۰۶۲۱۳۸۰۰
به استناد صورت‌جلسه مجمع عمومی عادی سالیانه مورخ ۱۳۹۷/۱۰/۲۳ تصمیات ذیل اتخاذ شد:
سازمان ثبت اسناد و املاک کشور اداره ثبت شرکت ها و موسسات غیر تجاری تهران (۲۲۹۶۵۵)

شنبه ۱۷ شهریور ۱۳۹۷ - ۲۷ ذی‌الحجه ۱۴۳۹ - ۸ سپتامبر ۲۰۱۸ - سال نود و سوم - شماره ۹۳ - ۲۷

بهره‌برداری از پروژه‌های عمرانی گلستان بهارستان
خبرنگار اطلاعات: شهردار گلستان گفت که پروژه‌های گلستان با ۴۲۰ میلیارد ریال اعتبار در هفته دولت افتتاح شده‌است. علیرضا عرب افزود: با افتتاح طرح ضربتی و جهادی شهرداری و شورای شهر گلستان در هفته دولت، افزایش سرانه‌ها قابل مشاهده است. ۴۲۰ میلیارد ریال اعتبار از منابع داخلی و استانی در یک سال خبر برای این پروژه‌های خدماتی، فرهنگی و ورزشی و ترافیکی هزینه شده‌است.

وی گفت: شهرداری گلستان برای ارتقای رفاه شهروندان و دسترسی آسان به فضاهای تفریحی و ایجاد نشاط و شادابی در خانواده‌ها، با افتتاح نقاط عرضه همسطح (امراض)ع، مجموعه ورزشی و استخر المپیک قلعه‌میر، پارک مادر، آستانگاه آتش نشانی شماره ۵، جاده ارتباطی امراض(ع) قلعه‌میر و پایانه آستانگاه تاکسی در سهرای ادران، تحولی در شهر ایجاد کرد. هه همچنین پروژه‌های عمرانی دیگری در سطح شهر به صورت شبانه‌روزی در حال پیگیری و اجرا است که امیدوارم طبق زمان‌بندی تعیین شده به اتمام برسد.

پیشرفت فزیکتی قاطعه غیر همسطح ماهان باعستان
کرج – خبرنگار اطلاعات: معاون فنی و عمرانی شهرداری کرج با اشاره به تسریع در عملیات احداث قاطعه غیر همسطح ماهان – باعستان در ۲ ماه گذشته، از پیشرفت ۳۰ درصدی این پروژه در حال حاضر خبر داد.

عسگر نصیری، از اهداف احداث این طرح و تسهیل در عبور و مرور شرق و غرب و کاهش ازدحام و وقت شهروندان عنوان کرد و بیان داشت: با تکمیل این قاطعه و ایجاد دسترسی از بلوار سربازان گمنام به بلوار امام خمینی (ره) (محوطه ماهان – حصارک)، بار ترافیکی خیابان شهید بهشتی، حداقل سه راه رجایی شهر تا نابل حصارک به میزان چشمگیری کاهش خواهد یافت. وی به معارضات و تناسبات ساختی این پروژه اشاره کرد و افزود: در ۲ ماه گذشته با جابه‌جایی اوله‌های ۶۰۰ و ۳۰۰ لوله گاز ۶ و ۱۲ و انتقال آن در داکت‌های طراحی و اجرا شده، معارضات تناسباتی پروژه مرتفع شده که به تسریع اجرای عملیات احداث طرح منتهی شده‌است.

نصیری، به حفاری و لوله گذاری قنابل عرشه غربی پروژه به قطر ۲۵۰ متر اشاره و اضافه کرد، پس از رفع معارضات پروژه اقداماتی مانند بتن‌ریزی، آرماتوربندی و قالب‌بندی دیوار حائل ضلع جنوب غربی و ادامه خاکبرداری ضلع شرقی در دستور کار قرار گرفته‌است.

وی باقادرانی از همکاری‌های فرهنگی پلیس راهور در اجرای طرح، قاطعه غیر همسطح ماهان – باعستان از دریافت مجوز احراف ترافیک در ضلع جنوب غربی خبر داد و افزود: با اجرای این احراف ترافیکی، سرعت اجرای پروژه بیشتر شده و عملیات خاکی و بتن‌ریزی نیز هرزمان در حال اجرا است.

توزیع لاستیک رانندگانی در هر مزگان
پندرعباس – خبرنگار اطلاعات: مدیر کل راهداری و حمل و نقل

نصرالله: طرح آمریکا و اسرائیل برای نسل کشی

شیعیان و جنگ شیعه – سنی شکست خورد



سرویس خارجی: دبیرکل حزبالله لبنان در خصوص برگزاری مراسمهای عزاداری را که در مقابله با زمانهای گذشتہ در طول تاریخ، در امنیت بیشتری برگزار می شود، مستنداً شرک گذاری این نعمت بزرگ دانست و بر ضرورت استفاده از این نعمت تأکید کرد. نصرالله اشاره کرد که به لطف حضور امام حسین(ع) در قلوب مردم مراسم محرم همچنان با حضور مردم در حال توسعه است و پیشرفت کمی و کیفی آن را وظیفه همه دانست. نصرالله افزود: من معتقدم که در برخی امور ما امروز در سال ۲۰۱۸ خیلی جلو هستیم. امام زمان(عج) هزاران فرمانده نظامی و میلیون ها پیرو دارند که حاضرند اینکه بگویند آلان تابستان یا زمستان است، چنگند اما این به تنهایی کافی نیست چون اینکه شما بیایید و ظالمان را کنار بزنید کافی نیست، بلکه باید عدل را برپا کنید؛ می توان صدتا مثل اسرائیل را از سر راه برداشت اما اینکه عدل را با یک نیت مسئله دیگری است؛ عدل به پا کردن قاضی عادل می خواهد، دانشمند می خواهد، مبلغ و رهبران صادق و مخلص می خواهد.

وی افزود: در این حوزه هنوز نقص بزرگی داریم اما نباید ناامید شویم. دبیر کل حزب الله در خصوص وضعیت مسلمانان در منطقه و مشخصاً مومنان نیز سخن گفت و افزود: امروز در جبهه مؤمنان شکی نیست که به وضع بسیار مهمی رسیده و چالش های بسیار مهمی پیش رو داریم. آنچه امروز در مقایسه با گذشته با زمان امیرالمومنین به آن رسیدیم، بی سابقه است حتی در مقایسه با زمانهایی که گفته می شد حکومت حامی شیعه است مثل قاطمیان، حمدانیان یا بویه ها و صفویه. شما حضور و قدرت و وضعیت امنیت و حوزه های علمیه در قم و نجف و مشهد و لبنان و همه جا و مناطق مقدسه و زیارتگاه ها را تا جبهه امروز مؤمنان که کشوری قدرتمند دارند ببینید.

کشور قوی در منطقه ایران است و این جبهه نیروها و بازوهای قوی در بسیاری از نقاط دنیا بخصوص در منطقه خردمان دارد. نصرالله توضیح داد: البته موضوع نسبی است. از دیدگاهای تنگ نظرانه، می توان گفت که فلاں روستا هنوز آسفالت یا برق ندارد اما ۴۰ سال قبل کل مسجد یا حسینیه یا حتی مدرسه ای مرکز بهداشتی یا موسسات آموزشی یا دانشگاه نبود چه؟ اقتدار داخلی و منطقه ای نبود چند دستگی و بی سواد و بی فرهنگ بود، مثل عراق در تمام عمرش اموها و عباسی ها حاکم بودند تا آن بویه که همه کارشنان سیاست بود. اما امروز حکومت عراق دست کیست؟ قدرتی مثل الحشد الشیعی از ۱۴۰۰ سال پیش در عراق فراهم نبود. امروز چیز جدیدی است و آن جبهه مؤمنان است که تکیه بر عقیده، عمق و عقبه مردم و ظرفیته ها و آواکلی با برای افتاداری دارد.

نصرالله، مهمان ویژه ای را حفظ ظرفیت موجود و سپس توسعه کمی و کیفی آن را هدف تحول این به صاحب حقیقی آن می نامد. صاحب الزمان دانست. دبیر کل حزب الله تصریح کرد که ما امروز از زمان پیروزی انقلاب اسلامی ایران، چالش هایی داریم، چالش هایی را پیشتر سر گذاشتم و برابری، بدترین، زشت ترین و وحشتناک ترین بوده و آنچه در راه است می تواند سخت تر باشد اما دیگر مثل شترتین و وحشتناک ترین نیست. چالش ها تجدید می شود و ما همه اینها تجربه خواهیم کرد. نصرالله با اشاره به برخی از چالش ها گفت: از سال ۱۹۷۹ [سال پیروزی انقلاب اسلامی ۱۳۵۷] به اسلام حمله کردند، تحریف کردند و وجهه اسلام را تحریف کردند و تسخالی مخلوش شده از آن در سطح نظری اگر دارند که وهابیت بود و نسخه اولی بود و نسخه وهابیت را وارد و همه اینها کار آمریکا و انگلیس و عربستان از سال ۱۹۷۹ [۱۳۵۷ شمسی] بود.

آنها از عربستان خواستند که وهابیت را تبلیغ کند و این را با محمد بن سلمان [ابن عبد عربستان] اندک کرد که غربی ها را با خود خواستند برای مقصد امام حسین (ع)، وهابیت را گسترش بدیم. نصرالله افزود: سعودی ها میلیارد ها دلار در دنیا در مدارس و دانشگاه ها و پاکستان و افغانستان خرج کردند. سال ۱۹۷۹، تاریخی سرشناس تاریخی همه تحولات اسلامی تحولات فرهنگی بود و برای شش، سال مهم و نقطه عطف است. نسخه وهابیت را آوردند و با القاعده و داعش عملاً تبلیغش کردند و مسلمانان را ارباب کردند و کشتند و اگر جنگ و مقابله و شهید نبود، این الگو عقب نشینی نمی کرد.

تصور کنید اینها بر منطقه ما حاکم می شدند و می گفتند این همان حکومت عادل است که انبیاء باشارش را دیده اند! آنکه حتی تشکیک به عقیده شیعه نیز وارد می شد و تلاش می کردند آنچه رهبری (آی الله خاتمی) آن را شیعه نبی نیز وارد می نامد، الگو معرفی کنند و کار به طاهر الحاد نیز می رسید. وی افزود: آنکه این گروه های تکفیری را علیه شیعه درست کرد، وضعیت هولاک بی دشمنی بود در طول تاریخ، ایجاد کرد و طرحی که برای منطقه آماده کرده بودی دشمنی بود که بعدش دیگر چیزی از شیعه نمی ماند. در عراق خودروهایی بمب گذاری شده از سال ۲۰۰۴ هر روز بود. این برای پیشبرد طرح سیاسی نبود بلکه برای نسل کشی بود، طرح نسل کشی بود، نسل کشی نسل کشی، نسل کشی.

نصرالله گفت: خادم الحرمين اعلام جهاد کرد و این وقتی جنگ یمن را شروع کردند که کار جرم کم گفتند این کمک سنی – شیعی است؛ وی افزود: بدترین چیزی که از آنها انتظار داشتیم همین بود که ما را به جنگ شیعی – سنی بکشاندند. اینجای این جنگ شکست خورد اما خوب بخت خطرناکی دارد. نصرالله گفت: در مرحله اول گفتند باید بازوهای ایران را بیزیم که جنگ ۳۳ روز بود و شکست خوردند و رفتند. مرحله دوم زدن پل هایی بود که میان ایران و بازوها بود که جاسوسان یهود اما باز هم شکست خوردند. حالا آمریکا و اسرائیل و دنبالهروهایشان و در سراسر همه عربستان به این نقطه رسیدند که باید بر روی مرکز تمرکز و جنگ را به داخل ایران منتقل کنند.

برای همین تحریم ها را افزایش دادند و تلاش کردند که ایران را منزوی و مردم را از حکومت زده کنند و آن آنان را وسوسه کنند و به تقاضای پاکستان و فتنه بین ایران و عراق و بین مردم ایران و لبنان درست کنند. مثلاً یکی از مسئولان می زن خواست از ایران تشکر نکنم چون این به دلیل لبنان اسباب زحمتشان است. من می افزود و وقتی در لبنان نگام نمی کنیم، می بینم که اسرائیل در منطقه عامل اصلی است و اساس در این مسئله هم پایگاه مردمی است که مقاومت را حمایت می کنند. اگر حزب الله در یک وادی و حزب امل در وادی دیگری بود، نمی خواهم بگویم این پیروزی های نبود اما تحقق پیروزی خیلی سخت بود.

نصروبرخی امدادنده که روی این پایگاه مردمی کار کنند. با سلاح بسیار خطرناک که همگی اجتمعی می آیند و از حزب الله می خواهند که اشتباهات حزب امل را اصلاح کنند و بالعکس؛ تلاش می کنند از مناطق و جنوب و بقاع حرف بزنند و ایجاد اختلاف کنند. من در روز قیامت از افغان و کارگاهی که علیه خودم شده می گردم اما آن کسی که قصد اختلاف افکنی دارد خیر، و از شما می خواهم ما را آسماحه نکنید.

نصرالله گفت: تحول اساسی که در شیعیان لبنان زده زمانی بود که امام موسی صدر آمد و فرماندهی دینی و بعد از آن فرماندهی سیاسی درست شد و بدون آن طرح نسل کشی بسیار ساده تر پیش می رفت. همچنین روی موضوع مرجعیت و ولایت فقیه کار می کنند تا میان شیعیان و سنی ها و ولایت جابایی ببینانند و تلاش می کنند مرجع سازی کنند که در خط ناکار است. آخرین نکته، کار روی شعار حسین تا اربعین حسینی است؛ تلاش می کنند در آن تردید افکنی کنند. وقتی در آن موفق نشوند می روند سراغ مسائلی دیگر مثل قهقهه زنی که رهبری ایران به آن اشاره کرده و مسئله تمام است اما برخی فکر می کنند دین و شریعت، قهقهه زنی است.

نخست وزیر پاکستان: به هیچ جنگی به رهبری آمریکا شرکت نمی کنیم

افزود: هیچ کشوری دیگری به اندازه نخست وزیر پاکستان با تأکید بر اجرای دقیق قانون در دولت جنابید این کشور اعلام کرد: اسلام آباد دیگر به هیچ جنگی که رهبری آمریکا شرکت کند، «عمران خان» گفت: پاکستان در دیدار با وزیر امور خارجه پاکستان در جنگ دیگری شرکت نخواهد کرد و هرگز نمی خواهد در «جنگ علیه تروریسم» به رهبری ایالات متحده شرکت کند. وی بیان این که هنوز اردو که پیروز شود نابرابر این بود قول می دهد که اسلام آباد هرگز در جنگ های نیابتی شرکت نخواهد کرد، پیروز خواهد شد.

رهبر کره شمالی تعهد خود به خلع سلاح هسته ای را اعلام کرد

سرویس خارجی: «کیم جونگ اون» رهبر کره شمالی که در اعلام کرد خلع سلاح اتمی پیونگ یانگ را اعلام کرده ادعای آن که با قدرتی رئیس جمهوری آمریکا روبرو شد. کیم جونگ اون در دیدار با نماینده ویژه رئیس جمهوری کره جنوبی در پیونگ یانگ، یک بار دیگر بر تعهد خود مبنی بر خلع سلاح هسته ای کشورش در تحقق صلح به هیچ جزیره کره تأکید کرد. رهبر کره شمالی گفت: «این بر بدن خطر جنگ و درگیری های مسلحانه در شبه جزیره کره و تبدیل منطقه به گهواره آتش و دود وجود تسلیحات و تهدیدات هسته ای از مواضع ثابت و مبتنی بر اصول پیونگ یانگ است.

سرویس خارجی: «کیم جونگ اون» رهبر کره شمالی که در اعلام کرد خلع سلاح اتمی پیونگ یانگ را اعلام کرده ادعای آن که با قدرتی رئیس جمهوری آمریکا روبرو شد. کیم جونگ اون در دیدار با نماینده ویژه رئیس جمهوری کره جنوبی در پیونگ یانگ، یک بار دیگر بر تعهد خود مبنی بر خلع سلاح هسته ای کشورش در تحقق صلح به هیچ جزیره کره تأکید کرد. رهبر کره شمالی گفت: «این بر بدن خطر جنگ و درگیری های مسلحانه در شبه جزیره کره و تبدیل منطقه به گهواره آتش و دود وجود تسلیحات و تهدیدات هسته ای از مواضع ثابت و مبتنی بر اصول پیونگ یانگ است.

صاحب امتیاز: شرکت ابرارچاپ (مؤسسه اطلاعات)

مدیر مسئول: سید محمود عدالی

سردبیر: علیرضا خانی

نشانی: تهران- بلوار میهن-ماده- خیابان مصدق جنوبی (نق جنوبی سابق)

ساختن: اطلاعات - کد پستی ۱۵۲۹۵۲۱۱ (تهران)

پست تصویری تحریریه ۲۲۵۲۵۰

تلفن: ۲۹۹۹۹

تلفن پذیرش آگهی ها ۲۲۵۲۵۰۱۹ و ۲۲۵۲۵۰۱۲

نشانی اینترنتی: http://www.etelaat.com

پست الکترونیکی: etelaat@etelaat.com

منتشر اخلاقی: http://www.etelaat.com/ftp/manshoor.pdf

اطلاعات

سال نود و سوم

شنبه ۱۷ شهریور ۱۳۹۷

۲۷ ذی الحجه ۱۳۹۶ - ۸ سپتامبر ۲۰۱۸

ظاهر شرعی	۲۰۱۳ دقیقه
غروب آفتاب	۲۲:۱۹ دقیقه
اذان مغرب	۲۰:۱۹ دقیقه
نیمه شب شرعی (پایان وقت ادای نماز نماز)	۱۹:۰۰ دقیقه
اذان صبح (فراد)	۱۶:۰۵ دقیقه
طلوع آفتاب (فراد)	۴۲:۰۶ دقیقه

حملات مشکوک معترضان عراقی در «بصره» به دفاتر الحشد الشعبی

نماینده گانی که درخواست برکناری «حیدر العبادی» نخست وزیر خواستند اما رضا کله اند، به ۸۰ نفر رسیده است. «هادی العامری»، رئیس انتتلاف «الفتح» عراق نیز در پی تشدید ناآرامی های بصره از وزاری مسئول امر خدمات رسائی خواست تا یا به این مقام سفر کنند یا استعفا دهند. جنبش «انجبا» نیز با انتشار بیانیه ای، حمله به مقر خود در استان بصره را به دلالت محکوم کرد و هدف از آن را فتنه انگیزی در بین عراقی ها دانست. همچنین شیخ «فیس العلوی»، دبیرکل گروه جنبش مقاومت اسلامی «عصاب اهل الحق» در سخنانی اعلام کرد: تبعات این خشم ها ممکن است کل نظام سیاسی عراق را به خطر اندازد.

از طرفی، ائتلاف «الساورون» خواستار برگزاری نشست فوق العاده پارلمان درباره بصره شد. وی در بیانیه درخواستی را با امضای اشنایند عراقی تحول رئیس موقت پارلمان این کشور داد و مشکلات عمیق سیاسی در ادامه همزمان با این درخواست، نشست فوق العاده پارلمان عراق درباره بررسی اوضاع بصره برگزار شد و نمایندگان بر ضرورت حل مشکلات این استان تأکید کردند.

در همین حال، «احمد الصافی» نماینده الله العظمی سیستانی، مرجع عالیقدر عراق در خصوص بحران و ناآرامی های استان بصره اعلام کرد: «بصره» نیازمند کارهای زیادی است و از مشکلات عمیق سیاسی نیز رنج می برد. به گفته وی، این شهر از «افساد» گسترده رنج می برد و زیرساخت های فرسوده نیز نیاز به اراده حقیقی برای ساخت آنها از سوی دولت و از طریق مبارزه با فساد دارد.

دپلمات نشین «الخضر» (سبز) بغداد خبر دادند. به گزارش اسکای نیوز، حمله به «منطقه سبز» بغداد که ساختمان های دولتی و سفارتخانه های خارجی در آنجا واقع شده است، با شلیک سه



دپلمات نشین «الخضر» (سبز) بغداد خبر دادند. به گزارش اسکای نیوز، حمله به «منطقه سبز» بغداد که ساختمان های دولتی و سفارتخانه های خارجی در آنجا واقع شده است، با شلیک سه

کنسولگری ایران در بصره نیز حمله کنند. برخی مقامات عراقی اعلام کردند: این اقدام با توجه به اینکه هیچ قدرتی از ائتلاف «مقتدا صبرا» و یا جریان های همسو با این محور، مورد حمله و

تخریب کردند و به آتش کشیدند؛ ادعای که گمانه زنی ها در بیان دخالت نیروهای وابسته به عربستان و آمریکا در ایسن توطئه با هدف ضربه زدن به گروه های مقاومت در این کشور را بیش از پیش تقویت کرد. به گفته منابع خبری، ناآرامی ها و تظاهرات ضد دولتی عراقی ها در اعتراض به اوضاع بد اقتصادی و معیشتی در شهر «بصره» برای هفتمین روز پیاپی ادامه داشت. این منابع اعلام کردند: تظاهرات کنندگان خشمنگین بصره بار دیگر به ساختمان شورای استانداری در این شهر حمله کردند و آن را دوباره به آتش کشیدند.

در این حال، برخی منابع گفتند که شماری از معترضان در اقدامی کابل مشکوک و از پیش برنامه ریزی شده با حمله به دفاتر گروه های مقاومت عراقی «القضیه»، «عصاب اهل حق»، «سازمان الحشاشین» و «اراده» جنبش «انجبا»، «مجلس عالی اسلامی» را به آتش کشیدند. منابع محلی همچنین اعلام کردند که برخی از معترضان و عناصر تلاش کردند تا به ساختمان

۲۶ شهید در حملات تروریستی داعش به منطقه شیعه نشین کابل

سرویس خارجی: گروه تروریستی داعش با تیراندازی به منطقه شیعه نشین «قلعه ناظر» و در دست برخی شهر کابل پایتخت افغانستان تن ۲۶ تن را شهید کرد. در همین رابطه، گروه تروریستی داعش با حمله انتحاری به ورزشگاه میوند در حوزه شهرستانی مشهور به برخی کابل چندین نفر را شهید و زخمی کرد. این است که این انفجار زمانی به وقوع پیوست که یک مسافه ورزشی در این شهر کابل در غریب های از طرفی مبلغ اعلام کردند: کمتر از یک ساعت پس از انفجار انفجار دیگری نیز در بین مردمی که برای کمک به حادثه دیدگان این ورزشگاه تجمع کرده بودند به وقوع پیوست. انفجار در استیگاه مدرسه در بخش حوزه ورزشی منشی در کابل در حالی رخ داد که بازماندگان مطالب به ورزشگاه و مردم در نزدیکی این محل حضور داشتند. به گفته منابع در دست مهاجم در حمله خود خود را در صندوق عقب یک خودرو پنهان کرده بود و به هنگام بازرسی خود را منجر کرد گفتنی است که در انفجار دوم سه خبرنگار و یک پلیس کابل خود را از دست دادند. این در حالی است که، «نصرت رحیمی» معاون سخنگوی وزارت کشور افغانستان اعلام کرد: بر اثر این دو حمله تروریستی داعش در غرب کابل ۲۶ نفر شهید و ۹۱ تن زخمی شدند. در چنین شرایطی، «محمد شرف غنی»، رئیس جمهوری افغانستان حملات تروریستی در غرب کابل را که دهها کشته و زخمی برجا گذاشت،

روسیه: سامانه های اس ۴۰، زودتر از موعد تحویل تریه می شود

سرویس خارجی: روسیه در پی درخواست دولت ترکیه، از تحویل زودتر از موعد سامانه دفاع هوایی اس ۴۰ به آنکارا در سال ۲۰۱۹ میلادی دارد. در همین رابطه، «یوپیتری شویگاف»، مدیر سرویس دلال همکاری های نظامی- فنی روسیه اعلام کرد: سامانه های دفاع هوایی اس ۴۰، به پای سال ۲۰۲۰، در اواسط سال ۲۰۱۹ میلادی به ترکیه تحویل داده

سرویس خارجی: روسیه در پی درخواست دولت ترکیه، از تحویل زودتر از موعد سامانه دفاع هوایی اس ۴۰ به آنکارا در سال ۲۰۱۹ میلادی دارد. در همین رابطه، «یوپیتری شویگاف»، مدیر سرویس دلال همکاری های نظامی- فنی روسیه اعلام کرد: سامانه های دفاع هوایی اس ۴۰، به پای سال ۲۰۲۰، در اواسط سال ۲۰۱۹ میلادی به ترکیه تحویل داده

اعتراف گروه تروریستی در سوریه به دریافت کمک مالی و نظامی از رژیم صهیونیستی

سرویس خارجی: دهها تن از فرماندهان گروه های تروریستی در جنوب سوریه به دریافت پول و سلاح از رژیم صهیونیستی اعتراف کردند. اسرائیل از سال ۲۰۱۳ به گروه های تروریستی در جنوب سوریه کمک های مالی و تسلیحاتی ارائه می کرده است. این گروه تروریستی اذعان کرده اند از این کمک های مخفیانه رژیم صهیونیستی بهره مند شده اند. به گفته آنها کمک های

سرویس خارجی: دهها تن از فرماندهان گروه های تروریستی در جنوب سوریه به دریافت پول و سلاح از رژیم صهیونیستی اعتراف کردند. اسرائیل از سال ۲۰۱۳ به گروه های تروریستی در جنوب سوریه کمک های مالی و تسلیحاتی ارائه می کرده است. این گروه تروریستی اذعان کرده اند از این کمک های مخفیانه رژیم صهیونیستی بهره مند شده اند. به گفته آنها کمک های



سانتو آمریکا بیه دیدار اسد در دمشق رفت

«برجارد بلک» سناتور ایالتی آمریکا که به دیدار بشار اسد رئیس جمهوری روسیه در دمشق رفته بود، با اشاره به آغاز فعالیت سرویس جاسوسی انگلیس برای انجام حمله شیمیایی در ادلب، تأکید کرد که لندن با این کار در تلاش است گروه های تروریستی را نبشت دهد. وی همچنین اعلام کرد که مداخله آمریکا در سوریه علت ادامه جنگ این کشور است.

اسرائیل شامل پرداخت حقوق ماهانه ۷۵ دلار به هر یک از اعضای گروه های تروریستی و انتقال سلاح های سبک و نیمه سنگین و خودرو برای آنها بود. است. این حمایت های اسرائیل که به گروه های تروریستی مستقر در مناطق مختلف سوریه مانند فنیفره و درعا ارائه می شد، تا دو ماه پیش و قبل از بازپس گیری این مناطق توسط ارتش سوریه ادامه داشته است. طبق گزارش ها، رژیم صهیونیستی اقدام به تجهیز تروریست ها با سلاح های

به انتقال سلاح تهاجمی، مسلسل، خمپاره انداز و خودروهای باری برای معیارهای مسلح سوریه کرده است و نظامی امنیت اسرائیل این تجهیزات را فراهم می کند. از طریق سسه گزارش در مژ بلندی های جولان و سوریه به دست معارضان مسلح رسانده اند. این گزارش حاکی است رژیم صهیونیستی به معارضان مسلح سوریه حقوق می پرداخت کرده است. طبق این خبر، هر یک از اعضای این گروه ها حقوق ۷۵ دلار از رژیم صهیونیستی حقوق

اسرائیل شامل پرداخت حقوق ماهانه ۷۵ دلار به هر یک از اعضای گروه های تروریستی و انتقال سلاح های سبک و نیمه سنگین و خودرو برای آنها بود. است. این حمایت های اسرائیل که به گروه های تروریستی مستقر در مناطق مختلف سوریه مانند فنیفره و درعا ارائه می شد، تا دو ماه پیش و قبل از بازپس گیری این مناطق توسط ارتش سوریه ادامه داشته است. طبق این خبر، هر یک از اعضای این گروه ها حقوق ۷۵ دلار از رژیم صهیونیستی حقوق

اسرائیل شامل پرداخت حقوق ماهانه ۷۵ دلار به هر یک از اعضای گروه های تروریستی و انتقال سلاح های سبک و نیمه سنگین و خودرو برای آنها بود. است. این حمایت های اسرائیل که به گروه های تروریستی مستقر در مناطق مختلف سوریه مانند فنیفره و درعا ارائه می شد، تا دو ماه پیش و قبل از بازپس گیری این مناطق توسط ارتش سوریه ادامه داشته است. طبق این خبر، هر یک از اعضای این گروه ها حقوق ۷۵ دلار از رژیم صهیونیستی حقوق

اسرائیل شامل پرداخت حقوق ماهانه ۷۵ دلار به هر یک از اعضای گروه های تروریستی و انتقال سلاح های سبک و نیمه سنگین و خودرو برای آنها بود. است. این حمایت های اسرائیل که به گروه های تروریستی مستقر در مناطق مختلف سوریه مانند فنیفره و درعا ارائه می شد، تا دو ماه پیش و قبل از بازپس گیری این مناطق توسط ارتش سوریه ادامه داشته است. طبق این خبر، هر یک از اعضای این گروه ها حقوق ۷۵ دلار از رژیم صهیونیستی حقوق

کوله خمپاره صورت گرفت که به گفته پلیس، تلفات جانی و مالی به دنبال داشته است. برخی منابع خبری نیز خبر داد و ششمار تهاپی تلفات این امریکایی ها از چند روز گذشته تاکنون ۱۱۲ کشته و ۱۱۲ زخمی اعلام کرد. از ۱۱۰ نفر دیگر و همزمان با تشدید ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

ادامه اعتراضات ضد دولتی در عراق

در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

سرویس خارجی: وزیر خارجه اسبق آمریکا اعلام کرد: دولت «جورج بوش» در محافل خصوصی غنی سازی ایران را پذیرفته بود. برای یک از اعضا حق غنی سازی توسط خودشان را تعریف و وی تصریح کرد: در این بیانیه آمده است: مسئولیت کامل بحران خدمات رسائی و ناتوانی در حل آن و گزافی هایی که موجب برهم خوردن امنیت در گفتات این امریکایی ها در این منطقه، صدای آذیر خطر به گوش رسیده است. ارتش عراق اعلام کرد: درباره این حادثه که ناآرامی ها در بصره و آتش گرفتن دفاتر گروه های مقاومت در این شهر، استان بصره جواب نمی دهد و اجبار

دبیرکل انجمن صیانت چشمان

لاوروف: آمریکا نمی تواند ایران دارای تمدن چند هزار ساله

فرانس: وزیر خارجه روسیه تصریح کرد که رویکرد آمریکا در قبال ایران و تلاش برای محدود کردن این کشور دارای تمدن چند هزار ساله و ۷۵ میلیون غیر حرفه ای و غیر عارف گرایانه است. «سرگی لاوروف» گفت: ایالات متحده رفتاری حساسیت برانگیز در قبال ایران دارد و این کشور را مقصد همه جرائم مرگبار عالم می داند و آنها از ایرانی ها می خواهند که از همه کشورها غیر از کشور خودشان بیرون بروند و حتی در کشورها ای میانه و دیگر کشورهای منطقه، نفوذ سیاسی اعمال کنند. وزیر خارجه روسیه گفت: به نظر من، این رویکردی غیر حرفه ای و غیر عارف گرایانه است و نمی توان آن را اجرائی کرد. وی افزود: چطور می توان کشوری را که ستهای چند هزار ساله و ۷۵ میلیون جمعیت دارد، در مرزهای خود محدود کرد؟

حمله با جاقو به نامزد پشنتاز انتخابات ریاست جمهوری برزیل

ایستنا: ژایر بولسونارو، نامزد پشنتاز انتخابات ریاست جمهوری برزیل که گرایش راست افراطی دارد، در جریان کارد همایی انتخاباتی به ضرب چاقو زخمی شده به بیمارستانی، او برای ترمیم جراحاتی که به روده اش وارد شده تحت عمل جراحی قرار گرفته و انتظار می رود بهبود یابد. این سیاستمدار جنگجایی با اظهارات ضد همجنس گرایانه و تبعیض آمیز خود خشم بسیاری را در برزیل برانگیخته، با این حال در نظرسنجی ها پیش است. بر اساس نظرسنجی ها اگر لولا داسیلوا، رئیس جمهوری پیشین برزیل که در زندان است نتواند شرایط نامزدی را کسب کند، بولسونارو خواهد توانست بیشترین آرای انتخابات ریاست جمهوری را به خود اختصاص دهد.

سرمایه گذاری ۲۰۰ میلیون دلاری سر کرده النصره در

کشورهای خارجی

ایستنا: سرکرده گروه تروریستی جبهه النصره ۲۰۰ میلیون دلار را بوجه این گروه را در برخی کشورها سرمایه گذاری کرده است. صالح ابومحمد الحولانی، سرکرده این گروه، سرمایه ای به ارزش ۲۰۰ میلیون دلار را بوجه این گروه را در برخی کشورها سرمایه گذاری کرده و از وی تاجر شدن را در سر می پروراند. گفتنی است الحوی از سرکردگان سابق جبهه النصره و یکی از موسسان آن است که چهار سال پیش به خاطر عدم پایبندی به سیاست رسانه ای این گروه از آن جدا شد.

کاهش محبوبیت بی سابقه امانوئل مکرون

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون کسب کرد، به عنوان کمترین میزان محبوبیت او از زمان پیروزی در انتخابات دیده شده است.

ایستنا: نتایج نظرسنجی جدیدی نشان می دهد، محبوبیت رئیس جمهوری فرانسه نسبت به ماه اوت چهار درصد کاهش نشان می دهد و تنها ۲۳ درصد از فرانسوی ها از امانوئل مکرون در بوجوه ترمیم کابینه حمایت می کنند. مکرون از ماه اوت شش درصد کاهش محبوبیت داشته و تنها ۲۴ درصد از شرکت کنندگان در نظرسنجی بویاگر برای هافینگتون پست از او حمایت کردند. نتایجی که مکرون ک

امام علی (ع):

شنونده غیبت، مانند
غیبت کننده است.

غیرالحکم و درالحکم

چرا در روابط عاطفی با شکست مواجه می شویم؟



انسان از چند نوع هوش، تحت عنوان هوش چندگانه برخوردار است. هوش جسمانی، هوش عقلانی، هوش معنوی و هوش عاطفی یا هیجانی در هر انسانی وجود دارد. یکی از مهم ترین هوش هایی که ما نسبت به آن بی توجه هستیم و در راستای رشد و پرورش آن تلاشی نمی کنیم، «هوش اجتماعی» است که در منابع علمی تحت عنوان EQ نام برده می شود.

برخورداری از این هوش و بالا بردن سطح آن تاثیر شگفتی در آینده و مخصوصا روابط ما دارد. گاهی ما با افرادی روبرو هستیم که از نظر علمی و تحصیلات بسیار موفق هستند و شخصیت اجتماعی بالایی را به این واسطه کسب کرده اند اما در زندگی عاطفی خود دچار مشکلات عمیقی هستند که خودشان هم علت آن را نمی دانند و اگر بدانند در جهت اصلاح آن کوششی نمی کنند.

در صفحه ۶ بخوانید

پیک تنگه آسمان



الهی

با من از کرم و عدل خود آن کن که فضل تو را در خور است نه استحقاق مرا. من نخستین کسی نیستم که سزاوار منع و طرد بودن و اکنون به تو رغبت یافت و تو به عطای خود او را نواختی. من نخستین کسی نیستم که مستوجب حرمان از درگاه تو بود و دست طلب به سوی تو دراز کرد و تو نومیذش نساختی. خدایا... دعای مرا اجابت کن و به ندایم پاسخ گوی و به زاری های من رحمت آور و آوازم را بشنو. مرا از خود نومید مکن، رشته پیوندم را با خود مگسل و در این نیاز که اکنون مراست، یا هر نیاز دیگر، به درگاه دیگرم مران. یاریم نمای که مطلبم برآید و حاجتم روا شود و به خواسته ام برسم، پیش از آنکه این مکان را ترک گویم.

دعای سیزدهم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده
ایمیل ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh@ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

قاپ دهانه



صفحه ۷

تخیل کودکان را دست کم نگیرید

مرد کشک سباب می رود و پاتیل و پیاله ای می خرد شروع به پختن و فروختن فرنی می کند و چون کار و بارش رواج می گیرد طمع کرده و شاگردی می گیرد و کار پختن را به او می سپارد. بعد از مدتی شاگرد می رود بالا دست مرد کشک سباب دکانی باز می کند و مشغول فرنی فروشی می شود به طوری که کار مرد کشک سباب کساد می شود. کشک سباب دوباره نزد عارف می رود و با ناله و زاری طلب اسم اعظم می کند. شیخ چون از چند و چون کارش خبردار شده بود به او می گوید: «تو راز یک فرنی پزی را نتوانستی حفظ کنی حالا می خواهی راز اسم اعظم را حفظ کنی؟ برو همون کشک را بساب»

سنگریزه ها

سنگریزه ریز است و ناچیز. اما اگر در جوراب یا کفش باشد ما را از راه رفتن باز می دارد. در زندگی هم بعضی مسائل ریزاند و ناچیز اما مانع حرکت به سمت خوبی ها و آرامش ما می شوند. کم احترامی یا نامهربانی به والدین، نگاه تحقیرآمیز به فقرا، تکبر و فخرفروشی به مردم، منت گذاشتن هنگام کمک کردن، نپذیرفتن عذر خطای دوستان... اینها بخشی از سنگریزه های مسیر تکامل ما هستند. آنها را به موقع کنار بگذاریم تا از زندگی لذت ببریم.

بهشت و جهنم

از حکیمی پرسیدند: جهنم چگونه جایی است؟
پاسخ داد: جهنم مکانی است سراسر آینه، به هر طرف که می نگری خودت را می بینی.
پرسیدند بهشت چگونه جاییست؟
گفت: بهشت هم مکانی است پوشیده از آینه، به هر طرف که می نگری باز خود را می بینی!

اسم اعظم

روزی مرد کشک سبابی نزد عارفی رفت و از بیکاری و درماندگی شکوه نمود و از او خواست تا اسم اعظم را به او بیاموزد، چون شنیده بود کسی که اسم اعظم را بداند در مانده نشود و به تمام آرزوهایش برسد. شیخ مدتی او را سرگرداند و بعد به او می گوید اسم اعظم از اسرار خلقت است و نباید دست نااهل بیافتد و ریاضت لازم دارد و برای این کار به او دستور پختن فرنی را یاد می دهد و می گوید آن را پخته و بفروشد بصورتی که نه شاگرد بیاورد و نه دستور پخت را به کسی یاد دهد.



سفالگری در میبد یزد/ عکس ها: تسنیم

• یگانه خدماتی

ماه محرم و ششور و حالش دوباره شهرهای مختلف را در بر گرفته و اهالی شهرهای مختلف سعی می کنند با رسم و رسوم خاص ویژه خودشان این ایام را برگزار کنند. کنار عزاداری ها دادن نذری یکی از سنت های مهم این ماه است و بسیاری از مردم با دادن شربت و شیر و غذاهای مختلف سعی می کنند به عزاداران حسینی در این سفره بزرگ سهمی داشته باشند. اما نباید فراموش کنیم که باید نکاتی را رعایت کنیم تا نذری هایمان سالم باشند و به کسی آسیب نرسانند. ضمن اینکه جلوگیری از اسراف در این ایام را هم نباید فراموش کنیم.

تهیه بهترین مواد اولیه

پخت غذاهای نذری با مواد اولیه با کیفیت و رعایت نکاتی که سلامتی افراد را به خطر نیندازد بسیار اهمیت دارد چون اگر کسی با خوردن غذای ما دچار مشکلی شود این نذری به دل خودمان هم نمی چسبد.

شاید بعضی ها به این مسائل چندان اهمیت ندهند اما باید بدانید پخت غذا به بهترین شکل و با بهترین مواد اولیه بسیار مهم است. مثلاً بهتر است مواد اولیه را از فروشگاه یا افراد معتبر خریداری کنید تا مواد خراب و فاسد نباشند و کیفیت شان هم خوب باشد تا غذای خوش طعم تری داشته باشیم. اگر به کیفیت مواد شک دارید یا می بینید فاسد شده اند سریع آنها را عوض کنید.

یکی از این مواد اولیه که بهداشت شان بسیار مهم است گوشت است. گوشت ها را از مراکز معتبر خریداری کنید و اگر کشتاری در هیات خود انجام می دهید، حتماً گوشت را چند ساعت قبل از مصرف داخل یخچال بگذارید تا مرحله جمود نعشی به خوبی انجام شود. ضمن اینکه با این کار هم امکان انتقال آلودگی های موجود در گوشت کمتر و پخت آن ساده تر می شود. یادتان باشد گوشت هایی که می خرید باید تاییدیه سازمان دامپزشکی داشته باشند و تا جایی که می شود از کشتارهای خانگی در این ایام، خودداری کنید.

اگر گوشت را در حجم بالا از مراکز معتبر خریداری می کنید، برای حمل آن از ماشین های یخچال دار استفاده کنید تا فاسد نشوند.

امکان وجود آلودگی های مختلفی مانند آلودگی های میکروبی در انواع گوشت های قرمز و امکان وجود سالمونلا در گوشت مرغ وجود دارد، پس از تماس گوشت های خام با گوشت های پخته یا مواد غذایی خام مانند میوه ها و سبزی ها خودداری شود.

حواستون به روغن های مصرفی هم باشد. روغن هایی که برای سرخ کردن مواد غذایی مانند پیاز یا سبب زمینی استفاده می کنید باید روغن مخصوص سرخ کردن باشند که تحمل حرارت بالا را دارد. استفاده از روغن های جامد و هیدروژنه یا روغن های چندبار مصرف و سوخته نباید برای طبخ غذاهای

راهکارهایی برای پخت نذری سالم



نذری استفاده شوند.

نکته مهم دیگر این است که باید به بهداشت آشپز و کارکنان آشپزخانه هیأت ها و حتی خانه هایی که در آنها غذا می پزید بسیار توجه کنید. افرادی که غذاهای نذری را توزیع می کنند باید سالم باشند و نکات بهداشتی مثل استفاده از ماسک و کلاه و دستکش و روپوش را رعایت کنند.

غذا را از ساعت ها قبل در ظرف های یک بار مصرف کنار بگذارید. غذاهای نذری حجم بالایی از چربی و پروتئین دارند و امکان فساد، بالا رفتن بار آلودگی باکتریایی و اکسید شدن ترکیبات موجود در آنها در صورت باقی ماندن در دمای محیط، وجود دارد. غذاهای نذری باید حداکثر ۳۰-۴۵ دقیقه قبل از پخش، سرو شوند و این زمان به اندازه ای نرسد که گرمای مواد غذایی تا رسیدن به دست مردم، کاملاً از بین برود.

غذاهای سالم بپزیم

غیر از این موارد غذاهایی که می پزید نباید به سلامت مردم آسیب بزنند و باعث شود برایشان بیماری مثل فشار خون یا چربی خون ایجاد کند یا بیماری های شان را تشدید کند.

سعی کنید تعادل در اندازه و طعم را در این غذاها رعایت کنید. مثلاً میزان بالای شکر در غذاهایی مانند انواع فرنی، شله زرد، حلیم و... یا به کار بردن نمک زیاد در غذاهایی دیگر می تواند باعث بالا رفتن قند خون یا فشارخون افراد شود. ضمن اینکه سرخ کردن بی رویه مواد غذایی یا پختن غذاهایی که بیش از اندازه چرب

هستند مواد مفید آنها را از بین می برد.

کارهایی می توانید انجام دهید که سلامت غذاها را تا حدودی تامین کنید. مثلاً بهتر است کمی قبل از سرخ کردن سبب زمینی، آن را بشویید و خرد کنید و آنها را از ساعت ها قبل در آب نریزید تا ویتامین شان از بین نرود. موضوع دیگر مواد رنگ دهنده یا طعم زایی که گاهی به جای زعفران در قیقه یا برنج استفاده می شود که اگر این مواد، غیر خوراکی و بیش از استاندارد مصرف شود، غذا را به طور نسبی سمی و ناسالم می کند. اگر خرید زعفران برای تان مقدور نیست به جای استفاده از پودرهای رنگی و طعم دار با ادویه جات مختلف و رب غذا را رنگین کنید.

اگر رب زیاد استفاده کردید نمک نریزید چون بیشتر رب های صنعتی نمک زیادی دارند و شوری غذا برای عزاداران مبتلا به پرفشاری خون بسیار خطرناک است.

قورمه سبزی هم از آن غذاهایی است که زیاد در این ایام پخته می شود. برای حفظ سلامت آن نباید سبزی قورمه سبزی را زیاد سرخ کنید. چون سرخ کردن زیاد سبزی قورمه سبزی به سلامت قلب و عروق لطمه می زند. از طرف دیگر، خیلی از آشپزها در دیگ خورش قورمه سبزی را باز می گذارند چون معتقدند این طوری بهتر جا می افتد و رنگش هم بهتر می شود. در حالی که این کار لطمه زیادی به خواص سبزیجات می زند.

اگر نذری تان حلاوت برای خوش رنگ شدن آن را زیاد تفت ندهید. حلوای وقتی روغن آن بسوزد و

آرد آن در حرارت زیاد به قدری سرخ شود که رنگش تیره و طعمش تلخ شود مضر است چون با تغییر رنگ آرد ماده ای مضر به نام آکریلامید و در اثر سوختن و دود کردن روغن ماده ای سمی به نام آکروئین ایجاد می شود که هر دو تهدید کننده سلامت کبد است.

شیر و شربت هم معمولاً برای توزیع در دسته های عزاداری تهیه می شوند. اگر نذر شما شیر، شربت، کاجی، فرنی یا شله زرد است آنها را زیاد شیرین نکنید. اگر هم چای پخش می کنید آن را دم کنید و چای کیسه ای عطری که رنگ و بوی قوی دارد استفاده نکنید.

نکته دیگر ظروفی است که غذاها و شربت ها و چای را در آن می ریزید. این ظروف معمولاً یک بار مصرف هستند و متأسفانه هر سال ۳۷۰ هزار تن ظرف پلاستیکی وارد طبیعت می شود. حتماً می دانید این ظروف جقدر به طبیعت و محیط زیست آسیب می زند پس بهتر است از سرو غذا در ظروف یکبار مصرف خودداری کنید چون از طرفی حرارت غذا باعث می شود ظروف یکبار مصرف نوعی ماده سرطانزا از خود آزاد کنند که در سرطان های گوارشی و کبد موثر است. بهترین ظرف برای سرو و پخش غذاهای نذری ظروف گیاهی و تجزیه پذیر یا ظروف سلولزی هستند.

اسراف نکنیم

حتماً دیده اید در این ایام چقدر غذا و خوراکی اسراف می شود. کسانی که چندین ظرف غذا می گیرند بعد از یکی دو روز غذاها را کنار باغچه ها رها می کنند یا در سطل زباله می ریزند. غذاهایی که می تواند افراد نیازمند را سیر کند. اگر به هیات می روید به اندازه ای که نیاز دارید غذا بگیرید. گرفتن غذا بیش از نیاز فقط باعث می شود دور ریز آن بیشتر شود و چون معمولاً به شکل درستی نگهداری نمی شود ممکن است استفاده آن در روزهای بعدی به سلامت تان آسیب بزند.

اگر بیش از نیازتان غذا گرفته اید بلافاصله پس از رسیدن به منزل آن را در ظرف های شیشه ای دردار بریزید و تا قبل از گرم کردن و مصرف، داخل یخچال قرار دهید. غذاهای نذری هم مانند سایر غذاها، نباید بیشتر از ۴۸ ساعت در یخچال نگهداری شوند و باید قبل از این زمان، مصرف شوند.

اگر هیات دارید و غذا می پزید حجم غذای نذری در ظرف هر نفر را طوری تنظیم کنید که افراد به خاطر جلوگیری از اسراف مجبور به زاده روی در خوردن نشوند. بهتر است غذاهای نذری را با حجمی متوسط توزیع کنید و از کشیدن غذا در حجم های بالا خودداری کنید.

یک امکان دیگر برای جلوگیری از اسراف وجود دارد. خیریه ها و موسسه های زیادی هستند که این روزها می توانند غذا به دست نیازمندان برسانند. چند روز قبل آنها را پیدا کنید و قرار بگذارید تا غذای باقی مانده را سریع به دست شان برسانید تا هم غذا نماند و هم با سیر کردن افراد نیازمند ثواب بیشتری ببرید.

تئاتر

آدمکش



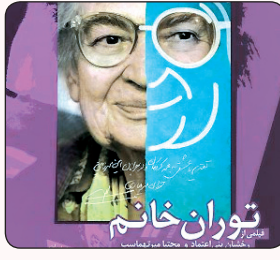
این روزها اگر سری به تماشاخانه ایرانشهر بزنید می توانید نمایش آدمکش را ببینید که تا ۲۵ شهریورماه هر روز ساعت ۱۹:۳۰ در سالن استاد ناظرزاده کرمانی روی صحنه می رود و اجرایی ۸۰ دقیقه ای دارد. این نمایش کاری است از زری آماد که بر اساس نمایشنامه

«غرب معصوم» مارتین مکدوننا ساخته شده است و اتابک نادری، مجید سعیدی، محمود موسوی، مسعود رحیم پور، زری اماد، میلاد تقفی، محمدرضا خرسند، امیرحسین سجادی، امیرمحمد کوثرخواه، میر رجیبی، نیما دهباشی در آن نقش آفرینی می کنند.

این نمایش ماجرای مردی را روایت می کند که برای راهنمایی و اداره مردمی که به جرم و جنایت و خشونت مشهورند به لنین فرستاده می شود اما بعد از مدتی کوتاه خودش هم دچار بحران می شود. این نمایش برای افراد زیر ۱۴ سال مناسب نیست. قیمت بلیت این نمایش ۴۰ و ۵۰ هزار تومان اعلام شده است.

سینما

توران خانم



مستند «توران خانم» ساخته مشترک رخشان بنی اعتماد و مجتبی میرتھماسپ است که به زندگی توران میرهادی یکی از بنیانگذاران نهادهای مربوط به کودکان و نوجوانان در ایران می پردازد. مستندی که از سال ۱۳۹۱ شروع شد و پس از ۵ سال برای نخستین بار در آرمه ۱۳۹۶ همزمان با نخستین سالروز درگذشت توران میرهادی به نمایش درآمد.

آنچه چنین اثری را ماندگار می کند تلاش سازندگان فیلم برای به تصویر کشیدن گوشه های آشکار و پنهان زندگی بانویی است که در سال های فعالیت خود کمتر جلوی دوربین حاضر شد.

توران میرهادی، معمار نهادهای کودک و مادر علم تعلیم و تربیت نوین در ایران و بنیانگذار مدرسه فرهاد، شورای کتاب کودک و فرهنگنامه کودکان و نوجوانان بود و در این فیلم، تلاش ها و نگرانی های توران خانم در واپسین سال های زندگی اش را برای تداوم کارها و رشد کودکان این سرزمین می بینید.

پیشنهاد هفته

در روزهایی که فشار زندگی روی همه ما زیاد شده، سعی کنید از هر فرصتی برای با هم بودن و شکستن حصار ناامیدی استفاده کنید. با دوستانتان جمع شوید، دست خانواده تان را بگیرید و سری به گوشه و کنار شهر بزنید و با تفریحات سالم و ساده کمی حال و هوایتان را عوض کنید. ما هم برای شما پیشنهادهایی داریم که خواندنتان خالی از لطف نیست.

تند و تلخ

• نویسنده: آزاده شریعت

قسمت دوم و پایانی



خودت می‌دونی یعنی خوب می‌دانم خودت طاقت نداری و خواهی رفت. باید زودتر راه بیوفتم که گرفتار ترافیک نشوم. شلوارم روی زمین افتاده. یک لنگش به شمال است و یک لنگش به جنوب. انگار دهن کجی می‌کند. روتختی را که بغل کرده بودم مچاله شده گوشه تخت. روسری که روی چشم‌هایم انداخته بودم از تخت آویزان شده. به برکت بی‌نظمی همه وسایلم دم دست است. به خودم می‌گویم: اتاق جانم داد حتی وقتی سرزده رفتی از اتاق تو مرتب‌تر بود.

مشتاق شده بودم ببینمش. یک روز تعطیل بی‌خبر به سراغش رفتم. پیراهن نارنجی اتوزده و شلوار جین پوشیده بود. صورتش را اصلاح کرده بود و عطر تند و تلخی زده بود. دور تا دور دیوار را با پوستر و عکس پوشانده بود. عکس زن‌های مینیاتوری جام به دست، جنگل‌های سرسبز و آسمان آبی و شعر، دیوار آجری اتاقش را صفا داده بود. گفتم: جانم! اتاق از اتاق من قشنگ‌تره. لبخند کش‌داری تا بناگوش زد. چند ظرف روحی و بشقاب ملامین در یک سبد قرمز گوشه اتاقش بود. بوی غذا از روی گاز سه شعله کوچکش در اتاق پیچیده بود.

- این زیرانداز، نمده؟
بله خانوم، کار دست خواهرامه.
من زن‌های افغان را تصور کردم که وسط جنگ و خون، نمدمی‌بافند.

- پس خانوادگی هنرمندید. من فیلم‌ها تو دیدم که ساز می‌زنی و می‌خونی. غذا چی پختی؟

کی‌چیزی؟
چی هست؟
یکی از غذاهای معروف افغانیه.
باید بهم یاد بدی.

صدای حمید از پشت در آمد:
تو غذای ایرانی بپز بخوریم، غذای افغانی طلبت.

- جانم! یادت باشه زن گرفتی ازش تعریف کن.

سوار ماشین می‌شوم. به سمت بیمارستان راه می‌افتم و با خودم فکر می‌کنم جانم! که برای

سگ نگهبان دل می‌سوزاند اگر باخبر شود صاحب فرزند شده به هر قیمتی شده خودش را می‌رساند. سگ که مریض شد رفتم سراغ جانم.

- بردمش دکتر، داروهاشو به موقع بده. مواظبش باش، اگر حالش خوب شه پیش من جایزه داری.

دستی به تن زخمی سگ کشید و گفت: خیالتون راحت. خیالم راحت شد. هفته بعد اوضاع سگ رو به راه شد.

- جانم! چی دوست داری برات بخرم؟
سرش را پایین انداخت. لبخند زد و با نوک کفش، سنگ جلوی پایش را بازی داد و عقب و جلو برد: به پیراهن قرمز.

داش‌بورد ماشین را باز می‌کنم عینکم را بردارم. ادکلن حمید را می‌بینم: به ادکلن هم مرحمت بفرمایید. از ادکلن من خوشش اومده.

خندید... به بیمارستان می‌رسم. سراغ لیلا را می‌گیرم: «داره منتقل می‌شه اتاق عمل». به خونریزی افتاده. باید سزارین شه.

من دستپاچه می‌شوم. باید کسی کنارم باشد. حمید خودش را می‌رساند. با بصیر آمده.

- بصیر تو کی برگشتی؟
چند روزی می‌شه خانوم.
- از جانم! چه خبر؟

می‌گم براتون.

- بهش خبر ندادید لیلا حامله است؟
حمید جوابم را نمی‌دهد. سرک می‌کشد این‌ور و آن‌ور.

- نمی‌دونه داره بچه‌دار می‌شه؟
بصیر جواب می‌دهد: نه

- خب زودتر بهش بگید. آخه این چه مدل عاشقیه؟ نه به اون ضرب و زور زن گرفتنش، نه به این رفتن و برنگشتنش. من گفتم این زمین و زمانو به هم می‌دوزه دوباره برمی‌گرده پیش لیلا.

بصیر به من نگاه می‌کند اما انگار صدایم را نمی‌شنود. بعید نیست او هم مثل جانم عاشق شده باشد. پارسال وضعیت جانم هم همین بساط بود. حمید می‌گفت: باهاش حرف می‌زنم، نیکام می‌کنه اما حواسش به من نیست. دل به کار نمی‌ده. سر به هوا شده می‌خوره زمین. غذا می‌سوزونه.

- حالا عاشق کی شده؟

یه دختره است تو همون کوچه. مثل این که به پار طلاق گرفته. اونم جانم! او می‌خواد اما خانوادهاش رضایت نمی‌دن با این ازدواج کنه.

بی‌اجازه و خبر عقد کردند و رفتند زیر یک سقف. از فردای عقد درگیری‌هایشان با خانوادها لیلا شروع شد. دعوا، کتک‌کاری، نیروی انتظامی. دست آخر هم طلاق لیلا را گرفتند. حمید می‌گفت: عاشق

شد با سر به هوایش یه جور بیچاره‌م کرد، الانم که کلا به هم ریخته یه مدل گرفتارم کرده. دیوونه نشه شناس آوردم. هی می‌گه می‌خوام برگردم افغانستان

- حالا افغانستان برای چی؟ این طوری که بدتر از لیلا دور می‌شه. بگو بمون شاید یه فرجی شد.

چه می‌دونم. قاطی کرده دری وری می‌گه. می‌خواد بره جنگ.

- و! جنگ برای چی؟

می‌گه طالبان حقوق خوبی می‌دن. می‌رم با پول برمی‌گردم، لیلا رو می‌گیرم از شون.

- بگو تو رو چه به جنگ با این طبع لطیف؟
تو می‌تونی بجنگی پسر دیوونه؟

باز سرم درد می‌کند. رگ‌های گیج‌گام تند می‌زنند. تشنه‌ام را به سرم می‌کوبند. دکتر گفته در این حالت جریان خون تند می‌شود. طبیعت خون عجیب است. تند می‌شود، کند می‌شود، لخته می‌شود، می‌ایستد. دست‌هایم را روی گیج‌گام فشار می‌دهم. خون را باید کنترل کرد. لیلا هنوز از اتاق جراحی بیرون نیامده. دم پنجره بوفه می‌ایستم و جای سفارش می‌دهم. حمید با مسئول اطلاعات حرف می‌زند. از بی‌کاری اسم و تخصص دکترها را که روی چند ردیف تابلوی سرمه‌ای کوچک نوشته شده، می‌خوانم.

نگهبان کنار پله‌ها با چند نفر بگو بگو می‌کند. ساعت ملاقات تمام شده اما این‌ها از ملاقات جا مانده‌اند. یک تلویزیون بزرگ از سقف آویزان است. چند ردیف صندلی فلزی پشت به هم روبه‌روی تلویزیون صف کشیده‌اند. یک مرد با لباس فرم قهوه‌ای، زمین را به آرامی و بی‌عجله تی می‌کشد. سنگ‌های کف بیمارستان برق افتاده. تصویر تلویزیون را روی زمین دنبال می‌کنم. بصیر روی یکی از صندلی‌ها نشسته. به نظرم راحت نیست. مدام وول می‌خورد. نگاهش به من می‌افتد. با اشاره صدایش می‌کنم.

- همین الان زنگ بزن به جانم! بگو داری بچه‌دار می‌شی. بگو هر چی جنگیدی و پول جمع کردی بسه. باشو بیا بالا سر زن و بچته.

بصیر جوابم را نمی‌دهد.
- بگو الان دیگه با این بچه نمی‌تونن اذیتون کنن. بگو زود برگرد.

به چشم‌هایم زل می‌زند. «بر نمی‌گرده»

- چرا؟ نکنه زن گرفته.
کشته شده. سرشو بریدن.
بازوی بصیر را می‌گیرم.
- منو تا دم صندلی ببر.
حمید به ستم می‌دود.
- حال لیلا رو بپرس.

پایان

گشت و گذار

باغستان سنتی

قزوین

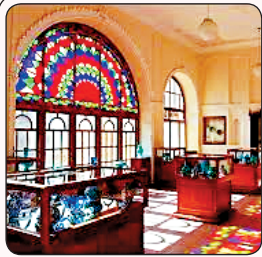


باغستان‌های سنتی قزوین به مجموعه باغ‌هایی گفته می‌شود، که نیمه جنوبی شهر قزوین را دربر گرفته‌است. این باغات بیش از ۲۵۰۰ هکتار

وسعت دارند و در گذشته گرداگرد شهر را فرا گرفته بودند. باغستان سنتی قزوین با قدمت بیش از هزار سال بخشی جدایی‌ناپذیر از شهر قزوین بوده‌است. باغستان‌های سنتی بیش از یک‌هزار سال قدمت دارند. به‌طوری‌که ناصر خسرو در سفرنامه خود به آن اشاره کرده است. علت اطلاق کلمه «سنتی» به این باغستان‌ها، این است که این باغات به روش سنتی یعنی غرق آبی، آبیاری می‌شوند. در گذشته این باغات به وسیله آب ۵ رودخانه به نام‌های ارنزک، دیزج، وشته، دلی چای و زویار آبیاری می‌شد. هر کدام از این رودخانه‌ها بخشی از باغستان سنتی را سیراب می‌کرد. باغستان سنتی قزوین به عنوان یک میراث ارزشمند تاریخی در مسیر ثبت جهانی قرار دارد.

موزه

موزه سفال تبریز



سفال بخش مهمی از تاریخ و تمدن کشور ما است و اگر علاقمند این هنر هستید شما را به تماشای موزه سفال تبریز دعوت می‌کنیم. این موزه در خیابان شمس تبریزی و در خانه‌ای قدیمی متعلق به عصر قاجاریه و پهلوی قرار دارد و از بخش‌های مختلفی تشکیل شده. بخشی از آن به نمایشگاه آثار سفالگران تبریزی نظیر احمد قابچی، عباس قابچی و فریده تظهیری مقدم اختصاص دارد. بخش دیگر، حوضخانه‌ای است که که نمایشگاه‌های کوتاه مدت سفالگری در آن برپا می‌شود. فروشگاه آثار سفالگران بخش دیگری از این موزه است.

همچنین شما می‌توانید با سر زدن به این موزه در کلاس‌های آموزشی سفالگری شرکت کنید و با مراحل گوناگون این هنر سنتی آشنا شوید.

کتاب

تراتوم



رمان «تراتوم» نوشته رویا دستغیب است که توسط نشر افق منتشر شده است. «تراتوم» روایت زندگی دختر جوانی است که به ناگهان بیماری تراتوم مانند حفره‌ای از میانه زندگی‌اش سر بر می‌آورد و

او را با سرعت از «من» که می‌شناسد، دور می‌کند و به واقعیتی فراتر از واقعیت زندگی روزمره‌اش پرتاب می‌کند. بازیگر یا همان شخصیت اصلی رمان بیماری‌اش را همچون خشونت ناشی از شورش سلول‌های بدنش بر علیه خود تجربه می‌کند و به درون گسستی رانده می‌شود که امروزه بیشتر از هر زمان دیگری، بدن انسان مدرن را از ذهنش جدا کرده است. دستغیب در این اثر مرزهای واقعیت و خیال را از میان بردارد. بازیگر، سرباز، خرگوش و مادر بزرگ شخصیت‌های این رمان هستند که زمان و مکان را گم کرده‌اند و در جهانی پراشوب در جهت جست و جوی پیوندهای خود با حقیقت تلاش می‌کنند. این کتاب با ۱۹۲ صفحه و قیمت ۱۷ هزار تومان به فروش می‌رسد.

پیشنهادهای شیر آشپزی

بادمجان گوده

بادمجان گوده از غذاهای لذیذ گیلانی است که با ترکیب جادویی بادمجان، سیر، رب انار، جعفری و گردو تهیه می شود.

مواد لازم:

گردو	یک و نیم لیوان
بادمجان بزرگ	۲ عدد
گوچه فرنگی	۲ عدد
پیاز	۱ عدد
سیر	۵ حبه
رب انار	یک چهارم لیوان
تمبر هندی	یک چهارم لیوان
جعفری تازه	۱ دسته
نمک و فلفل	به میزان لازم

طرز تهیه:

پوست بادمجان ها را بکنید و یک برش طولی روی هر دو بادمجان ایجاد کنید. آنها را به نمک آغشته کنید و در گوشه ای قرار دهید تا مواد پرکننده آن حاضر شود. سر گوچه ها را خالی مانند در قابلمه ببرید. داخل گوچه ها را خالی کنید هم سر گوچه و هم محتویات داخل را نگهدارید. گوچه ها را کنار بگذارید و پیاز، سیر، گردو، تمبر هندی، رب انار و جعفری را داخل مخلوط کن بریزید و آن خوب مخلوط کنید. می توانید محتویات داخل گوچه را نیز اضافه



کنید. یک سوم لیوان آب اضافه کنید تا مخلوط کاملاً خشک نباشد. سپس نمک و فلفل را اضافه کنید. مواد پرکننده را داخل بادمجان ها و گوچه ها بریزید. یک قابلمه بردارید و ۳ یا ۴ قاشق روغن درون آن بریزید. بادمجان و گوچه

خانه داری

۱۵ راز کدبانوهای حرفه ای

۱. اگر مدتی است که با لکه های آب به جا مانده روی شیر آلات حمام و سرویس بهداشتی خود درگیر هستید، لیمو به راحتی آن ها را پاک می کند و آن ها برق می اندازد. فقط کافی است تا یک لیموی تازه را برش داده و آن را روی سطح لک شده شیر آلات بکشید و از نتیجه آن لذت ببرید.

۲. خیلی وقت ها مقصر جسدیدن برنج شما، بدرنگ شدن خورش تان یا بدترکیب شدن غذاهای سرخ کردنی تان شما نیستید بلکه ظروفی است که از آنها استفاده می کنید. پس ظروف تان را اگر کهنه شده عوض کنید. ظروفی را برای پخت و پز انتخاب کنید که بتوانند درجه حرارت های بالا را تحمل کنند و با دوام باشند. همچنین گنجایش کافی برای غذایی که می پزید داشته باشند.

۳. شیشه های حاوی سرکه، روغن، مربا و ترشیجات را قبل از اینکه داخل کابینت بگذارید مطمئن شوید زیر آن تمیز و یا در آن باز نباشد زیرا در بلند مدت باعث ایجاد لک و تغییر رنگ کابینت شما خواهد شد.

۴. در هنگام نظافت پارچه گردگیر مرطوب بهتر از نوع خشک آن عمل می کند اما برای پاک کردن بعضی سطوح مثل چوب نمی توان از پارچه مرطوب استفاده کرد. برای حل این مشکل پارچه های گردگیری میکرو فیبری تهیه شده که نوع مرطوب هم دارند. می توانید سطوح چوبی را با این نوع پارچه ها تمیز کنید.

۵. برای پاک کردن لکه های چای و قهوه از روی ظروف پلاستیکی و سبدها از محلول جوش شیرین و آب و یک برس برای شستشو استفاده کنید.

۶. برای حفظ کیفیت عطر تان، شیشه عطر را در محل خشک، خنک و به دور از پنجره و نور خورشید نگه دارید، زیرا نور خورشید باعث بروز اختلالاتی در مواد تشکیل دهنده عطر شده و آن را از بین می برد. به طور کلی برای این که شیشه عطر عمر بیشتری داشته باشد، پیشنهاد می شود آن را همیشه درون جعبه اش نگه دارید.

۷. برای تمیز کردن مایکروفر یک برش لیمو را در ظرف آب بیندازید، داخل مایکروفر بگذارید تا گرم شود. وقتی بخار آب بر روی دیواره های داخل فر نشست، آن را خاموش کنید و پس از مدت کوتاهی که فر خنک تر شد، آن را تمیز کنید.

۸. نگهداری موز برای مدت طولانی امکان پذیر نیست و این میوه زود از بین می رود. برای این که بتوانید مدت زمان بیشتری از این میوه نگهداری کنید، باید آن را درون کاغذ آلومینیومی پیچید و در یخچال بگذارید. به این ترتیب آن را برای زمان بیشتری حفظ خواهید کرد.

۹. برای رفع بوی یخچال می توانید مقداری زغال را نیم کوب کنید، در کیسه پارچه ای نازکی بریزید و در یخچال به خصوص طبقات بالای آن بگذارید. هر چند وقت یک بار کیسه زغال را در آفتاب بگذارید تا خشک شود و دوباره قدرت بوگیری داشته باشد. جدار داخل یخچال را نیز هر چند وقت یک بار با محلول جوش شیرین و آب تمیز کنید.

۱۰. اگر سر دوشی حمام رسوب گرفته آن را در کیسه فریزی حاوی سرکه قرار دهید و در کیسه را گره بزنید. نیم ساعت تا یک ساعت بعد کیسه را خالی کرده و سردوشی را نصب کنید و آب را باز کنید تا خرده رسوب ها خارج شوند.

۱۱. اگر به هر دلیلی برنج خشک شما بو گرفت برنج را روی یک سطح بزرگ پهن کنید. البته باید حتماً در سایه باشد تا بوی نامطبوع برنج از بین برود. زیرا اگر برنج را جلوی نور آفتاب قرار دهید باعث خرد شدن برنج می شود و برنج حالت خود را از دست می دهد و وقتی آن را داخل آب جوش می ریزید از هم پاشیده می شود.

۱۲. هرگاه هنگام شستن ظروف، چند قطره آمونیاک درون آن بریزید چربی و لکه ها به طور کامل از ظرف بلوری، چینی، فلزی و غیره پاک می شود.

۱۳. هرگز دستمال های خیس آشپزخانه را برای خشک شدن از درها یا دستگیره کابینت آویزان نکنید. زیرا تماس طولانی رطوبت با کابینت، باعث آسیب جدی به آن می شود.

۱۴. وقتی پرده های خانه را برای شستن باز می کنید پیش از خارج کردن گیره ها از آنها، ابتدا محل های قرارگیری گیره ها را بر روی نوار پرده با لاک ناخن علامت گذاری کنید. با این کار پس از شستشو می توانید به راحتی گیره ها را در محل های قبلی وصل کنید تا فرم پرده تان به هم نریزد.

۱۵. برای اینکه از بخار آینه حمام جلوگیری کنید، قبل از باز کردن دوش آب مقدار کمی شامپو را روی انگشت خود بریزید و آن را روی سطح آینه بزنید. توجه داشته باشید که تمام آینه باید با همان یک قطره شامپو پوشش داده شود.

پیشنهادهای شیرین

کیک بستنی شکلاتی

مواد لازم:

شیر عسلی	۱ پیمانه
شیر	نصف پیمانه
زرده تخم مرغ	۳ عدد
خامه پر چرب	یک و سه چهارم پیمانه
ویفر شکلاتی	۸ بسته
طرز تهیه:	



داخل یک قالب مستطیلی گود را با سلفون بپوشانید. شیر عسلی و شیر را در شیر جوش یا قابلمه ای بریزید و روی شعله ملایم قرار دهید. زرده تخم مرغ ها را نیز به آن اضافه کنید و هم بزنید. به هم زدن ادامه دهید تا مایه نسبتاً غلیظی بدست بیاید. کرم تهیه شده را کنار بگذارید. خامه پر چرب را در کاسه متوسطی بریزید و با همزن حدود ۵ دقیقه بزنید تا خوب فرم بگیرد. سپس خامه را روی مایه مرحله قبلی بریزید و به آرامی هم بزنید. حدود یک سوم از مایه را کف قالب آماده شده بریزید و به صورت لایه ای پهن کنید.

حال با سه عدد ویفر شکلاتی (کیتکت) روی آن را بپوشانید. دوباره یک لایه از کرم را بریزید. یک لایه کیت کت بچینید و در آخر دوباره یک لایه از مایه را بریزید و سطح آن را صاف کنید. کیک بستنی را ۴ ساعت در یخچال قرار دهید تا بسته شود. برای تهیه روکش کیک بستنی، می توانید شکلات را ریز خرد یا رنده کنید و در کاسه پیرکس روی بخار آب (کتری یا قابلمه) قرار دهید تا ذوب شود. سپس خامه را با آن مخلوط کنید. این سس شکلات را روی کیک بریزید و سطح و دیواره های کیک را با آن بپوشانید.

پیشنهادهای شیرین

کباب شیره یا سر گنجشکی جنوبی

مواد لازم:

گوشت چرخ کرده	۳۰۰ گرم
پیاز	۲ عدد
تمبر هندی	۱ بسته کوچک
شکر	۳ قاشق سوپخوری
دارچین	۱ قاشق مرباخوری
نمک، فلفل، زردچوبه	به میزان لازم
روغن مایع	به میزان لازم
پودر تخم گشنیز	۱ قاشق غذاخوری

طرز تهیه:

یک عدد پیاز را رنده کرده و با گوشت، نمک و فلفل و پودر تخم گشنیز مخلوط کنید. یک پیاز را خاللی خرد کنید. سپس تمبر هندی را با ۲ لیوان آب مخلوط کرده و صاف کنید و همراه با شکر و زردچوبه و ۲ لیوان آب به پیاز داغ اضافه کنید. بعد از جوش آمدن، گوشت ها را به شکل کوفته های ریز درآورده و در آن بریزید تا بپزند و آب غذا کم شود. دارچین را اضافه کنید و بپزید و وقتی غذا به غلظت مناسب رسید شعله را خاموش کنید و آن را با برنج یا نان سرو کنید.



۳. شیشه های حاوی سرکه، روغن، مربا و ترشیجات را قبل از اینکه داخل کابینت بگذارید مطمئن شوید زیر آن تمیز و یا در آن باز نباشد زیرا در بلند مدت باعث ایجاد لک و تغییر رنگ کابینت شما خواهد شد.

۴. در هنگام نظافت پارچه گردگیر مرطوب بهتر از نوع خشک آن عمل می کند اما برای پاک کردن بعضی سطوح مثل چوب نمی توان از پارچه مرطوب استفاده کرد. برای حل این مشکل پارچه های گردگیری میکرو فیبری تهیه شده که نوع مرطوب هم دارند. می توانید سطوح چوبی را با این نوع پارچه ها تمیز کنید.

۵. برای پاک کردن لکه های چای و قهوه از روی ظروف پلاستیکی و سبدها از محلول جوش شیرین و آب و یک برس برای شستشو استفاده کنید.

۶. برای حفظ کیفیت عطر تان، شیشه عطر را در محل خشک، خنک و به دور از پنجره و نور خورشید نگه دارید، زیرا نور خورشید باعث بروز اختلالاتی در مواد تشکیل دهنده عطر شده و آن را از بین می برد. به طور

کدام دارو را کی بخوریم؟



از داروهایی هستند که مصرف ناشتای آنها نتیجه بهتری دارد. داروهای رفلکس و سوزش سردل را باید قبل از غذا بخورید و البته همین طور داروهای مربوط به پوکی استخوان را. مگر این که در مورد آخر پزشک چیز دیگری تجویز کرده باشد. در مقابل، بهتر است مولتی ویتامین ها، داروهای ضد حساسیت و داروهای پایین آورنده کلسترول را بعد از غذا بخورید تا تاثیرگذاری بهتری داشته باشند.

مصرف دارو در زمان مناسب، می تواند تاثیر آن را بیشتر کند. بهتر است برخی داروها را قبل از غذا، برخی را حین غذا خوردن و برخی را بعد از غذا مصرف کنید. مکمل های آهن را با غذا مصرف کنید تا باعث احساس سوزش معده نشود. داروهای فشارخون را بهتر است صبح مصرف کنید. چون فشارخون هنگام صبح بالاتر است. داروهای تیروئید هم جزو آن دسته

چرا غش می کنیم؟

رنگ پریدگی شده و سپس هوشیاری خود را از دست می دهد. احساس سبک شدن سر به طور ناگهانی، ضعف عمومی، تاری دید ناگهانی و احساس صدایی مثل سوت در گوش، تهوع و استفراغ، تعریق، گزگز دست و پا، نبض ضعیف، تنفس سطحی و افت فشار خون و در نهایت از دست دادن تعادل، سقوط و بیهوش شدن از علائم شایع غش هستند. چیزی که غش کردن را خطرناک می کند، عوارض ناشی از آن است. گاهی اوقات غش کردن با سقوط بدن همراه است که منجر به صدمه دیدن سر می شود و شکستگی یا ضرب دیدگی را در پی دارد.

در صورت بروز غش:

- ۱- بیمار را در وضعیت درازکش قرار داده و پاها را بالاتر از سر بگذارید تا جریان خون به سمت مغز برود.
- ۲- کمی آب سرد به صورت بیمار بپاشید یا با وارد کردن محرکی به او باعث انقباض دوباره عروق بدن و برگشت حالت هوشیاری شوید.
- ۳- اگر بیمار نفس نمی کشد، ممکن است مشکل جدی تر از یک حمله غش باشد. بلافاصله به اورژانس زنگ بزنید و احیای قلب و ریه را آغاز کنید.



توصیه هایی برای پیشگیری از پوسیدگی دندان

زایلیتول یا سوربیتول بلافاصله بعد از یک وعده یا میان وعده به مدت حداقل ۱۵-۲۰ دقیقه جویده شود. مصرف غذاهای پوسیدگی زا با غذاهای ضدپوسیدگی مانند پنیرها، مغزها و سبزی ها و پف فیل مسواک حداقل ۲ بار در روز استفاده از نخ دندان ۲ بار در روز شستشوی دهان پس از مصرف غذاها و میان وعده ها.

غذاهای نشاسته ای، چسبناک یا حاوی شکر باید با غذاهای بدون شکر خورده شود. محصولات لبنی به علت کلسیم بالا و خاصیت قلیایی به همراه میان وعده های نشاسته ای مصرف شود. غذاهای جویدنی مانند میوه ها و سبزیجات تازه با مواد غذایی کربوهیدراتی مصرف شود. حداقل ۲ ساعت میان خوردن غذاها فاصله بگذارید و مصرف میان وعده ها را به ۱۵-۲۰ دقیقه محدود کنید.

مصرف غذاهای اسیدی مانند نوشابه ها را محدود کنید. همراه با مواد نشاسته ای پروتئین مصرف کنید. مثل ماهی، کراکر، برنج یا پنیر و میوه های شیرین. در یک وعده مخلوطی از غذاهای خام و پخته مصرف کنید. غذاهای خام به علت نیاز به جویدن باعث افزایش ترشح بزاق و کاهش پوسیدگی می شوند. مصرف آدامس های حاوی



تأثیر آدامس در کاهش پوسیدگی دندان

تأثیر آدامس در کاهش پوسیدگی از طریق ترشح بزاق است که منجر به افزایش فعالیت خنثی سازی بزاق و در پی آن افزایش زدودن کربوهیدرات ها از سطح دندان می شود. آدامس های بدون قند از طریق افزایش ترشح بزاق در کاهش پوسیدگی مؤثر هستند. توصیه می شود پس از غذاهای حاوی قند یا وعده های غذایی از آدامس بدون قند استفاده کنید تا احتمال پوسیدگی را کاهش دهد. در عین حال امکان معدنی شدن مجدد بخش های تخریب شده دندان نیز افزایش می یابد. آدامس های بدون قند حاوی گزلیتول هستند. در واقع مکانیسم ضد پوسیدگی گزلیتول موجود در آدامس، جایگزین شدن آن به جای قند است. همچنین تعداد باکتری های مولد پوسیدگی را کاهش می دهد. استرپتوکوک موتان (باکتری مولد پوسیدگی) قادر به متابولیزه کردن گزلیتول نیست. از دیگر مواد ضدپوسیدگی می توان پنیر چدار و سونبسی را نام برد.



اینطور مراقب مغزتان باشید

یادگیری است. از هر روشی برای به خاطر سپردن اعداد، کلمات و رویدادها استفاده کنید. زندگی امروزی، با تکنولوژی های پیشرفته اش، روز به روز مغز ما را منزوی تر می کند و فرصت به کار گرفتن قوای فکری و حافظه مان را کمتر می کند. سعی کنید وابستگی تان را به لوازم دیجیتال کمتر کنید. تا حد ممکن شماره ها، چهره ها، اسامی و نشانی ها را به ذهنتان بسپارید و کمتر به نوشته های کاغذی یا دیجیتالی متکی باشید. شعر حفظ کنید، کلمات جدید یاد بگیرید، قصه هایی که برای فرزندتان می گوید، به جای کتاب از ذهنتان روایت کنید، به هنر روی بیاورید و فعالیت های خلاقانه انجام دهید. جدول حل کردن، شطرنج، سودوکو، بازی های محاسباتی و معماها، به شما کمک می کنند از قابلیت های ذهنی تان استفاده کنید و مانع از آلزایمر شوید. همچنین برای حفظ سلامتی مغزتان، به اندازه کافی بخوابید و منابع استرس را در زندگی تان به حداقل برسانید.

شدن هرگونه ضربه به سر، زمینه را برای اختلالات حافظه فراهم می کند. به جز بدن، شما باید مغزتان را هم ورزش دهید. ورزش مغز،



مغز هم درست به اندازه بقیه اندام های شما نیاز به مراقبت دارد و همین مراقبت، به پیشگیری از آلزایمر کمک می کند. برای آنکه از پادشاه بدنتان محافظت کنید، باید قلمروی سالمی برای او ایجاد کنید. این قلمروی سالم، جسم شماست. باید از مواد مخدر، الکل، داروهای روانگردان به شدت اجتناب کنید و تغذیه سالمی داشته باشید. جالب است بدانید که پژوهش ها نشان داده بیشتر افرادی که در سنین جوانی نشانه های اختلال حافظه را بروز می دهند، به دیابت، چاقی و بیماری های قلبی هم دچار هستند. آنها سه برابر بیشتر از دیگران در خطر ابتلا به آلزایمر قرار دارند. بهترین شیوه تغذیه برای محافظت از مغز، مصرف سبزیجات، ویتامین های گروه B، آجیل های خام (مثل گردو و بادام) و غذاهای دریایی است. ورزش کردن هم با افزایش سلامتی جسمانی تان، تأثیر مثبتی روی سلامت مغز می گذارد. البته به شرطی که مراقب باشید در ورزش، ضربه ای به سرتان وارد نشود. چون برخی پژوهش ها نشان داده وارد

نمی‌شود. کافی‌ست که اعتماد افراد به یکدیگر خدشه‌دار شود، آن وقت است که دیگر ادامه رابطه به سختی طی می‌شود. خشم و غم خیانت به شدت ویران‌گر است.

وقتی از شریک‌تان خیانتی می‌بینید باید درباره این موضوع با هم صحبت کنید و او باید مسئولیت رفتار خود را بپذیرد و تمام تلاش خود را بکند تا اشتباه خود را جبران کند و اعتماد از دست‌رفته را از نو بسازد. اگر مشکل حل نشود و قضیه مسکوت باقی بماند، لایه‌های خیانت عمیق و عمیق‌تر خواهد شد. دروغ و پنهان‌کاری بیشتر می‌شود و آن وقت است که رابطه عاطفی به پایان می‌رسد.

خودشیفتگی و خودمحور بودن:

وقتی قرار است یک رابطه را شروع کنیم باید بدانیم همه چیز تغییر می‌کند. دیگر شبیه گذشته خودمان به تنهایی تصمیمات مهم زندگی خود را نمی‌گیریم.

فرد خودشیفته در انواع تصمیم‌گیری‌های روزانه، تنها به خود می‌اندیشد و دیگری را از یاد می‌برد یا به تصمیمات او بی‌توجه است. اگر حاضر نباشید در امور زندگی‌تان همسران را شریک خود ندانید و او را در جریان کاری قرار ندهید، همسران احساس می‌کند برای او ارزش قائل نیستید و از شما می‌رنجد.

فرض کنید در رابطه‌ای به سر می‌برید که طی آن تنها به نیازها و خواسته‌های یک طرف توجه می‌شود. مثلاً همیشه یک طرف حرف آخر را می‌زند. چنین روابط نامتعادلی که در آن فقط به یک نفر توجه می‌شود و دیگری نادیده گرفته یا گاهی با قلدری کنار گذاشته می‌شود، دیر یا زود از هم می‌پاشد. باید بپذیرید که رابطه دوفره به معنای آغاز شراکتی همه‌جانبه است.

وقتی یک سمت رابطه ناراضی باشد، این احساس زخم‌هایی بر روح و قلبش بر جای می‌گذارد که ترمیم‌شان به‌شدت سخت و دشوار است. رابطه باید دوسویه و با توجه به نیازها و خواسته‌های طرفین پیش برود.

برای همسران، والدگری تکنید:

این حرف به معنی این است که قبل از آنکه برای هم همسر باشید، دوست هم باشید و این دوستی به معنای این نیست که دائم شبیه پدر یا مادری از او مراقبت کنید یا به صورت دستوری با او سخن بگویید. گرچه این دستوری حرف زدن نشانه نگرانی شما باشد باز هم نشانه خوبی نیست. مثلاً مدام نگوئید: «فلان چیز را نخور برای بد است، فلان چیز را بخور برای خوب است».

بهراتر است به‌جای دستوری و امری حرف زدن، جملات مان‌حالات پیشنهادی به‌خود بپذیرد چون همین که جمله‌ای به صورت امری در بیاید، حالت منفی به خود می‌گیرد و برای فرد مقابل خوشایند نیست.

چرا در روابط عاطفی با شکست مواجه می‌شویم؟



• عطیه میرزا امیری

انسان از چند نوع هوش، تحت عنوان هوش چندگانه برخوردار است. هوش جسمانی، هوش عقلانی، هوش معنوی و هوش عاطفی یا هیجانی در هر انسانی وجود دارد. یکی از مهم‌ترین هوش‌هایی که ما نسبت به آن بی‌توجه هستیم و در راستای رشد و پرورش آن تلاشی نمی‌کنیم، «هوش اجتماعی» است که در منابع علمی تحت عنوان EQ نام برده می‌شود.

برخورداری از این هوش و بالا بردن سطح آن تأثیر شگفتی در آینده و مخصوصاً روابط ما دارد. گاهی ما با افرادی روبرو هستیم که از نظر علمی و تحصیلات بسیار موفق هستند و شخصیت اجتماعی بالایی را به این واسطه کسب کرده‌اند اما در زندگی عاطفی خود دچار مشکلات عمیقی هستند که خودشان هم علت آن را نمی‌دانند و اگر بدانند در جهت اصلاح آن کوششی نمی‌کنند.

خواندن ادامه این مطلب به هوش اجتماعی‌تان کمک می‌کند تا متوجه شوید چه دلایلی منجر به شکست در زندگی عاطفی ما می‌شود و بدین وسیله آن‌ها را مدیریت کنید.

عدم رسیدن به بلوغ احساسی:

اگر همان‌قدر که به بلوغ جسمی خود اهمیت می‌دادیم، نسبت به بلوغ احساسی و عاطفی خود هم احساس مسئولیت می‌کردیم، در اطراف‌مان

با این همه جدایی، فحاشی، نفرت، افسردگی و خشم روبرو نمی‌شدیم.

بلوغ احساسی هیچ ربطی به سن و سال ندارد. افرادی هستند که با وجود سن بالا مدیریت خشم ندارند و بالعکس کسانی را می‌بینیم که با وجود سن پایین مدیریت عواطف خوبی دارند و به راحتی می‌توانند احساسات خود را کنترل کنند.

وقتی از شریک‌تان خیانتی می‌بینید باید درباره این موضوع با هم صحبت کنید و او باید مسئولیت رفتار خود را بپذیرد و تمام تلاش خود را بکند تا اشتباه خود را جبران کند و اعتماد از دست‌رفته را از نو بسازد.

فردی که بلوغ احساسی ندارد به همان راحتی که احساسات مثبت خود را نشان می‌دهد، از کوره در می‌رود و عصبانیت خود را بروز می‌دهد.

اگر در ابتدای رابطه هستید فرد مقابل خود را در موقعیت‌های مختلف زیر نظر داشته باشید و اطمینان حاصل کنید که هم خودتان و هم شریک‌تان در مدیریت عواطف و رفتار به بلوغ رسیده‌اید.

عدم اولویت‌دهی به روابط:
چیزی که نه در خانواده و نه در دانشگاه و مدرسه به ما یاد نداده‌اند، اولویت دادن به روابطمان است. بسیاری از افراد به دلیل عدم توازن میان روابط‌شان دچار مشکلات زیادی می‌شوند و در آخر در همه آن روابط شکست می‌خورند.

وقتی ما رابطه جدی و عاطفی خود را شروع می‌کنیم باید بدانیم که آن رابطه باید اولویت اول ما باشد و نسبت به آن متعهد باشیم. این را به یاد داشته باشید که در اولویت قرار دادن رابطه‌ای که در آن هستیم، سنگ بنای آن رابطه است، و اگر از این اصل غافل شویم، خیلی زود به بن‌بستی عاطفی می‌رسیم.

اولین اصل برای نشان دادن این امر این است که مهارت گوش دادن را یاد بگیرید و بکشید به درد دل و صحبت‌های همسران با دقت گوش کنید، برای هم از برنامه‌های زندگی‌تان بگویید و نگذارید رابطه‌تان به اولویت چندم زندگی‌تان تبدیل شود یا فشار کاری، دخالت اطرافیان، بازگشت به کارهایی که در دوران مجردی انجام می‌دادید و رفیق بازی این رابطه را مخدوش کند.

سواستفاده از اعتماد یکدیگر:

اعتماد در رابطه عاطفی، شبیه ظرف چینی زیبایی‌ست که باید از آن مراقبت زیادی کرد. اگر آن ظرف بشکند دیگر هیچ‌وقت شبیه روز اولش

۵۵۵ یافته‌های روانشناسی

افسردگی در کمین دختران چاق

محققان می‌گویند دختران چاق در مقایسه با همسالان خود که چاق نیستند بیشتر احتمال دارد در دوران کودکی و نوجوانی به افسردگی دچار شوند. آنها دریافته‌اند دختران چاق ۴۴ درصد بیشتر در معرض افسردگی هستند یا احتمال دارد در آینده به این اختلال دچار شوند. با این حال داشتن اضافه وزن همچون مشکل چاقی در خطر ابتلای دختران به افسردگی نقشی ندارد. در سراسر جهان بیش از ۴۰ میلیون کودک در سن پنج سالگی دچار اضافه وزن یا چاقی هستند. همچنین افسردگی دلیل اصلی کاهش کیفیت زندگی کودکان است که بر عملکرد آنان در مدرسه، دوست‌یابی و حتی خطر گرایش به مواد مخدر تأثیر می‌گذارد.



در بررسی اخیر کودکان شرکت‌کننده به طور میانگین ۱۴ ساله و تقریباً ۱۶ درصد آنان چاق بودند. همچنین بیش از یک نفر از هر ۱۰ کودک چاق به افسردگی مبتلا بوده است. دکتر «استفن پونت» از دانشگاه تگزاس گفت: کودکان چاق در معرض ابتلا به افسردگی هستند و در عین حال کودکان مبتلا به افسردگی در معرض فزاینده ابتلا به چاقی هستند.

۵۵۵ توصیه‌های عاشقانه

بحث را دوباره باز نکنید

وقتی با همسران جر و بحث می‌کنید مهم‌ترین وظیفه شما مدیریت جر و بحث است. باید بتوانید در یک بحث روی همان بحث متمرکز شوید و فقط در صورت نیاز به مسایل و مشکلات قبلی گریزی نزنید.

درست است که شاید دوست داشته باشید حرص‌های انباشته‌تان را وسط دعوا خالی کنید اما این فقط کار را بدتر می‌کند.

اگر قرار است حرف‌هایتان را با کنایه و طعنه، تخریب شخصیت و بی‌احترامی بزنید همان بهتر که سکوت کنید، نفس عمیقی بکشید، سرتان را به کار دیگری گرم کنید و وقتی کمی آرام‌تر شدید بحث را پیش بگیرید.

پس از تمام شدن دعوا، به طور غیرمستقیم و با نیش و کنایه موضوع دعوا را به یاد او نیاورید. از همه مهم‌تر این که چند روز بعد از مشاجره، دوباره پرونده آن را باز نکنید. این کار نتیجه‌ای جز تکرار احساسات منفی و ناراحتی نخواهد داشت.



تخیل کوه‌کان را دست کم نگیرید



• عطیه میرزا امیری

کودکان در سنین پایین، مرز بین واقعیت و خیال را نمی‌دانند برای همین گاهی خیال پردازی‌های خود را به دنیای واقعی‌شان می‌آورند. آن‌چه در این بین مهم است این است که والدین بدانند چرا زدن خیال پردازی به واقعیت، معنای دروغ گویی نمی‌دهد.

مثلاً زمانی که می‌گویند: «آلان پاندای کونگ‌فو کار اومد تو اتاقم و باهاش حرف زدم» فوری در ذوقش نزنید و نگویید که همچین چیزی وجود ندارد.

حتی می‌توانید در این مواقع از فرصت استفاده کنید و به خیال پردازی‌هایشان گوش کنید و باهم شروع به ساختن داستان‌های تخیلی کنید. پس توجه داشته باشید که کودک تا ۶ سالگی دروغ نمی‌گوید، بلکه تخیل می‌کند.

علت خیال پردازی کودکان

در سنین پیش از دبستان، کودک در بالاترین سطح از خیال پردازی‌ست. این امر به دلیل این است که کودک در این سن به دلیل وابستگی به والدینش و محدودیت‌هایی که دارد، حداقل در تخیلات خود می‌تواند آن طور که می‌خواهد باشد و زندگی کند؛ خارج از قید و بندها و محدودیت‌هایی که والدین برای او تعیین کرده‌اند.

مثلاً هیچ کودک سه ساله‌ای اجازه ندارد به تنهایی از خانه خارج شود، غذای دلخواه خود را بخورد و حتی لباسی را که دوست دارد بپوشد. به همین دلیل کودک برای رهایی از قید و بندها به تخیلات رو می‌آورد.

کودکانی که اسباب بازی کمتری دارند، یاد می‌گیرند با اشیاء اطراف‌شان، حتی یک تکه چوب، قاشق، لیوان و... خیال پردازی کنند و با استفاده از همان اشیاء بازی خود را پیش ببرند

تخیل، پایه خلاقیت:

اگر تخیلات و رویاهای کودک مورد بی‌توجهی و تمسخر واقع شود، خلاقیت او سرکوب می‌شود.

در واقع قدرت تخیل کودک با قدرت خلاقیتش رابطه‌ای مستقیم دارد. اما تنها تفاوت ظریفی که بین این دو وجود دارد این است که تخیل کودک نیاز به حمایت یا دخالت والدین ندارد اما خلاقیت کودکان نیاز به حمایت والدین دارد تا بیشتر و بهتر خود را نشان دهد.

تحقیقات انجام شده، نشان می‌دهند که تخیلات کودک، به او در کنار آمدن بر دردها و رنج‌ها کمک می‌کند و خلاقیت کودک به بهتر شدن مهارت‌های اجتماعی، تقویت اعتماد به نفس

و یادگیری بهتر کمک می‌کند.

فواید خیال پردازی در کودکان

مهمترین فایده خیال‌پردازی در کودکان این است که مهارت‌های اجتماعی آنها افزایش می‌یابد.

کودکان در بازی‌های خیالی خود روابط خانوادگی، دوستانه و برخی از مشاغل را به نمایش می‌گذارند و چیزهای بیشتری در مورد اعمال متقابل مردم به یکدیگر می‌آموزند. به‌طور مثال وقتی نقش یک دکتر را بازی می‌کنند خود را جای پزشک می‌گذارند و همانند او در مورد مریض خود فکر می‌کنند.

در خاله بازی یا مامان بازی‌ها آن‌ها چیزهای بیشتری در مورد احساس والدین نسبت به فرزندان‌شان یاد می‌گیرند.

تمام آنچه که والدین برای کمک به پیشرفت

تخیل کودک خود باید بدانند

۱- برای او کتاب بخوانید: باید بدانید که قصه‌گویی برای کودکان منجر به توانایی تجسم و خیال‌بافی که مبنای تصور خلاق است، می‌شود. همچنین این امر موجب تحریک قوه ابتکار و ابداع در کودکان می‌شود.

۲- برای هم‌دیگر داستان‌های جدید بسازید و بگویید: ساختن داستان‌های ذهنی باعث تقویت قدرت فهم، بیان و خلاقیت در آنها می‌گردد.

۳- کودک را تشویق کنید تا نمایش بازی کند و لوازم نمایش را برای او فراهم کنید: این کار

علاوه بر افزایش اعتماد به نفس در آنها، باعث می‌شود قدرت بیان، عواطف و افکارشان نیز پرورش یابد.

۴- مدت زمان تماشای تلویزیون را محدود کنید: دیدن تلویزیون یا بازی کردن با موبایل باعث می‌شود کودک از محرک‌های بیرونی غافل باشد و قدرت تفکر و تخیل را از او می‌گیرد.

۵- ابزار تحریک تخیل کودک را فراهم کنید. ابزاری مثل وسایل نقاشی، کتاب، لگوهای اسباب بازی و...

۶- سوالات فانتزی و جدی از کودک بپرسید: دامنه سوالات خود را از کودک افزایش دهید و به آنها کمک کنید تا ایده‌ها و نظرات خود را بیان کنند.

مثلاً بپرسید: اگر دلفین‌ها روی زمین راه می‌رفتند چه اتفاقی می‌افتاد؟ یا اگر دایناسورها زنده بودند چه می‌شد؟

۷- انتخاب‌های ساده و آسان را به کودک بسپارید. مثلاً از او بپرسید غذا چی بخوریم الان؟ برای تعطیلات آخر هفته کجا برویم؟ برای تولد دختر خاله‌ها چه چیزی بخریم و... این باعث می‌شود کودک مستقل فکر کند و خلاقیت خود را به کار گیرد.

۸- گاهی به کودک اشیاء ساده‌ای بدهید تا با آن بازی کند، یا هر از گاهی برای بازی به او اسباب بازی ندهید. کودکانی که اسباب بازی کمتری دارند، یاد می‌گیرند با اشیاء اطراف‌شان، حتی یک تکه چوب، قاشق، لیوان و... خیال پردازی کنند و با استفاده از همان اشیاء بازی خود را پیش ببرند.

۹- بازی با خمیر را جدی بگیرید: کودکان از حدود یک و نیم سالگی توانایی بازی با خمیر را دارند. به دلیل قابل انعطاف بودن خمیر، می‌توان اشکال مختلفی با آن ساخت. حتی می‌توانیم به آنها الگوهای مختلفی دهیم و از شان بخواهیم طبق آن، چیزی را با خمیر درست کنند.

این بازی هم برای مهارت دست‌ورزی کودک مناسب است و هم قدرت خیال پردازی به کودک می‌دهد.

البته این اصل را فراموش نکنید که موقع بازی با خمیر حتماً کودک را زیر نظر داشته باشید تا خمیر را به دهانش نبرد یا از خمیرهای خوراکی استفاده کنید.

۱۰- موقع نقاشی کشیدن از کودک سؤال نپرسید. برخی از افراد زمانی که می‌بینند کودکی در حال کشیدن نقاشی‌ست، دائم از او می‌پرسند «چی کشیدی؟». گاهی کودک بدون هدف خاصی شروع به خط خطی و نقاشی می‌کند.

نقاشی کشیدن خلاقیت کودک را پرورش داده و به او اجازه خیال‌پردازی می‌دهد. کودک بیشتر از اینکه از نتیجه نقاشی‌اش لذت ببرد، از عمل کشیدن نقاشی لذت می‌برد.

اشتباهات رایج

رفتار درست با بچه‌های حسود

حسادت بچه‌ها می‌تواند یک مشکل تمام و کمال باشد، مگر آنکه راه مقابله با آن را یاد بگیرید. اگر عادت دارید او را لوس کنید، کم کم این تصور را در او شکل می‌دهید که شکست ناپذیر است و همیشه باید اول باشد.

بنابراین هنگامی که کودک جدیدی می‌بیند دچار استرس و حسادت می‌شود. یکی دیگر از اشتباهات خطرناک والدین

مقایسه کردن فرزندان‌شان است. هر کودکی مجموعه‌ای از توانایی‌ها و ضعف‌هاست. مقایسه کردن بچه‌ها با هم فقط می‌تواند منجر به حسادت، رقابت و عدم اعتماد به نفس شود.

از سوی دیگر بچه‌ها وقتی ببینند که احساسات‌شان برای شما مهم نیست یا به قدر کافی به آنها توجه نمی‌کنید سعی می‌کنند توجه شما را جلب کنند.

آنها این کار را با بدقلقی کردن، ادای بچه‌ها را درآوردن و تقلید از کودک دیگر انجام می‌دهند. بنابراین سعی کنید در هر شرایطی احساسات فرزندان‌تان را درک کنید و به او توجه کافی داشته باشید.



بچه‌ها و رسانه‌ها

پناه بردن از خاطرات بد به شبکه‌های اجتماعی



بر اساس تحقیقات انجام شده بزرگسالانی که در دوران کودکی با آنها بدرفتاری شده است، احتمال زیادی دارد که از رسانه‌های اجتماعی بیشتر استفاده کنند. محققان دانشگاه لیورپول با بررسی ۱۰۲۹ دانشجوی دانشگاهی دریافتند دانشجویانی که در دوران کودکی با آنها بدرفتاری شده، در رسانه‌های اجتماعی

بیشتر وقت می‌گذرانند تا مشکلات خود را فراموش کنند. این افراد عموماً با بدرفتاری‌های فیزیکی، سوءاستفاده جنسی، سوءرفتارهای احساسی، نادیده گرفتن احساسات و بی‌توجهی مواجه شده‌اند و اگرچه به شبکه‌های اجتماعی پناه برده‌اند اما خودشان هم سعی در کاهش استفاده از رسانه‌های اجتماعی داشتند. محققان همچنین دریافتند که بدرفتاری با کودک با میزان بیشتر اضطراب، دل‌بستگی و علائم افسردگی وی در بزرگسالی ارتباط دارد. به گفته محققان رشد یافتن در محیط‌های خشونت‌آمیز در دوران کودکی بر توانایی افراد در ایجاد روابط تأثیر دارد و باعث افزایش خطر ابتلا به افسردگی می‌شود. به منظور کاهش این پدیده روانی، جوانان به استفاده از رسانه‌های اجتماعی به عنوان روشی برای مقابله با این مشکل تمایل دارند.

چهل سال پیش...

مامی مطالب از روزنامه اطلاعات روز پنجشنبه ۱۶ شهریور ماه ۱۳۵۷
(برابر با ۴ شوال ۱۳۹۸، ۷ سپتامبر ۱۹۷۸) نقل شده است.

شایعه تغییرات مقامات عالی

بدنبال ورود اردشیر زاهدی و سفر وی به مشهد و قم دوباره شایعه اقامت وی در تهران و انتصاب بیک پست مهم اوج گرفته است. در مورد هویدا وزیر دربار و خلعتبری وزیر سابق امور خارجه صحبت‌هایی وجود دارد که این دو مقام نیز پشتهانی در خارج از کشور خواهند داشت ولی برای جانشینی هویدا هنوز از کسی نام برده نمی‌شود.

از انتصابات تقریباً قطعی امروز انتصاب سیدحسین نصر به ریاست دفتر مخصوص علیاحضرت شهبانو است که گفته می‌شود فرمان آن صادر و در ظرف امروز و فردا رسماً معرفی خواهد شد. وی در حال حاضر مدیرعامل انجمن سلطنتی فلسفه است.

راه‌یمایی بزرگ تهران انجام شد

بدنبال شایعه تعطیل عمومی و راهپیمائی پنجشنبه شانزدهم شهریور (امروز) ظهر دیروز اعلامیه‌ای از سوی آیات عظام در قم صادر شد، طی این اعلامیه اشاره شده بود که از سوی مراجع تقلید و آیات عظام اعلامیه‌ای مبنی بر تعطیل عمومی و راهپیمائی امروز صادر نشده است، بقرار اطلاع طی تماس‌هایی که رهبران دولتی با مراجع تقلید گرفته‌اند مساله عدم صدور اعلامیه برای راهپیمائی امروز تایید نشده است... اما از سوی دیگر زمزمه‌هایی که از چند روز قبل و بخصوص از صبح دیروز در شهر شنیده می‌شد حاکی از تعطیل عمومی و راهپیمائی امروز بود.

گزارش خبرنگار اطلاعات در ساعت ۹ صبح امروز حاکی از حرکت جمعیتی عظیم از مسجد قبا و فیطریه بطرف جاده قدیم شـمیران بود، مردم حدود ساعت ۹/۵ جلوی حسینیه ارشاد دست به تظاهرات عظیمی زدند که همراه با شعارهای مذهبی و سیاسی بود؛ گفته شد مقصد این گروه میدان شهـدا (میدان ژاله) است. طبق گزارش خبرنگار اطلاعات گروه‌های زیادی از مردم در مسیر راه به این جمعیت عظیم پیوستند.

جبهه ملی، ائتلاف با حزب توده را رد کرد

آقای دکتر کریم سنجابی رهبر جبهه ملی ایران در مورد بیانیه حزب توده ایران که دیروز منتشر شد و نیروهای مخالف دولت را به اتحاد دعوت کرده بود در یک تماس تلفنی به خبرنگار اطلاعات گفت: جبهه ملی ایران هرگز با حزبی که این همه سوابق خرابکاری در مملکت ما دارد، متأسفانه با تبلیغ مرا می‌تجزیه طلبی بعضی از نقاط سرزمین ما هدف آنست و وابستگی هائی که با بیگانه داشته و دارد اتلاف و اتحاد نمی‌کند.

۵۰۰ کارگرو کارمند اعتصاب کردند

پنج هزار نفر از کارگران و کارکنان کارخانه های ماشین سازی تبریز و اراک و کارمندان و کارگران سازمان آب منطقه ای فارس و کارگران شرکت آب منطقه ای مشهد، به عنوان اعتراض به کمی دستمزد، نگرفتن مزایای چندین ساله و برخی مسائل کاری، دست از کار کشیدند.

دکتر افشار مدیرعامل کارخانه ماشین سازی تبریز و مدیرکل امور اجتماعی آذربایجان شرقی، دراجتماع کارگران و کارکنان کارخانه ماشین سازی تبریز، شرکت کردند ولی این مذاکره بدون نتیجه نهایی، به پایان رسید و کارگران، اعلام کردند تا حصول نتیجه قطعی، به کار نخواهند کرد.

روhaniون تهران، جبهه ملی و جامعه بازرگانان
اعلامه صادر کردند

بدنبال اعلام تعطیل عمومی در روز پنجشنبه (امروز) که در جریان راهپیمایی روز عید فطر اعلام شده بود، جبهه ملی ایران و «جامعه بازرگانان و اصناف و پیشه‌وران، بازار تهران» نیز پیروزی و دیروز با صدور اعلامیه‌ای، همبستگی خود را با اعلام تعطیل عمومی و عزای ملی روز پنجشنبه (امروز) اعلام کرده‌اند. امروز منابع نزدیک به حضرت آیات عظام در قم، تأکید کردند که منظور از تخطی مراجع تقلید در قم، تحریم تعطیل روز پنجشنبه (امروز) نبوده است، بلکه چون شایع شده بود که اعلامیه تعطیل عمومی به امضای حضرات آیات عظام شریعت‌مداری، گلپایگانی و نجفی مروتی نیز رسیده، این مراجع خبر امضای اعلامیه را سوی خود را تخطی کردند.

طبقه متوسط ایران دچار مخمسه شده است

روزنامه‌های انگلیس مطالبی پیرامون مسائل ایران منتشر کردند از جمله دلی تلگراف. این روزنامه می‌گوید ظاهراً طبقه متوسط در ایران خود را دچار مخمصه کرده است، به نظر وی گمان نمی‌رود که آنها دریافته باشند که اگر رژیم برکنار شود بر سر آنها چه خواهد آمد و نمی‌توانند در بایند که ضرر اصلی به آنها خواهد رسید.

قاب امروز



زندگی در قلعه گنج در جنوب استان کرمان / عکس از: بهزاد علی پور

سرایه

سری دارم که سامان نیست او را
به دل دردی که درمان نیست او را
به راه انتظارم هست چشمی
که خوابی هم پیریشان نیست او را
به عشق از گریه هم ماندم، چه گیرم؟
بر از کشتی که باران نیست او را
فرامش کرد عمرم روز را، زانک
شبی دارم که پایان نیست او را

تو را ملکیست، ای سلطان دل‌ها
که جز دل‌های ویران نیست او را
خفت نوحیز و لب ساده از آنست
خوش آن مضمون که عنوان نیست او را
رخی داری یگانه در نگویی
که نانی ماه تابان نیست او را
کدامین مور خفت را که در حسن
بها ملک سلیمان نیست او را
ز خسرو رو میبچ، از گشت ناجیز
خیالی هست، اگر جان نیست او را
امیر خسرو دهلوی

جدول شرح در متن ۴۷۸۹

[illegible]

سو دو کو

		۷		۱				۴
				۵		۸		۹
	۱		۲					۷
	۶		۹		۸	۱		۳
۹		۳	۵		۱		۶	
۳					۵		۸	
۵		۸		۷				
۴				۸		۵		

6	2	1	3	7	9	4	5	8
4	5	1	6	2	8	3	7	9
3	7	9	4	5	1	6	2	8
1	6	2	9	1	3	7	4	5
7	3	4	1	6	5	9	1	2
9	1	5	2	4	7	8	6	3
5	8	6	7	9	2	1	3	4
2	4	3	1	8	6	5	9	7
1	9	7	5	3	4	2	8	6

حل ۲۲۷۵

امروز در تاریخ

یمنی ہادر طاق کسری

هشتم سپتامبر ۵۶۲ میلادی تنی چند از سران یمن در تالار معروف به طاق کسری در شهر تیسفون (۳۶ کیلومتری بغداد امروز) پایتخت آن زمان ایران با خسرو انوشیروان، شاه وقت ایران ملاقات کردند و از او خواستند که برای اخراج حبشی ها از وطنشان نیرو به یمن بفرستد. شاه ساسانی پس از تبادل نظر با مشاوران خود و افسران ارشد، این درخواست را پذیرفت و دستمورد داد که سپاه کرمان - میسینان و سپاه پارم (استان فارس) با کشتی به یمن فرستاده شوند.

برکناری و تبعید عین الدوله

۳۴ روز پس از امضای فرمان مشروطیت، مظفرالدین شاه قاجار در ظاهر برای جلب مشروطه خواهان و در باطن بر اثر فشار انگلستان، ۸ سپتامبر ۱۹۰۶ بلافاصله پس از تأیید آیین نامه انتخابات مجلس، حکم برکناری عین الدوله (عبدالمجید میرزا) را از رئیس الوزرای صادر و وی را از تهرآن تبعید کرد.

عین الدوله از مخالفان مشروطه شدن نظام حکومتی ایران بود و با این کار، ضدیت فراوان کرده بود.

انتخاب نخست وزیر توسط مجلس

در این روز از شهریور ۱۳۰۵ (نخستین سال سلطنت رضاشاه پهلوی) مجلس «حسین پیرنیا» را به نخست وزیری انتخاب کرد که وی این سمت را پذیرفت. تمامی رویدادهای مهم شهریور ماه این سال ایران مربوط به بحران کابینه بود. سوم این ماه، مستوفی به مناسبت آغاز دوره تازه پارلمانی استعفاي خود را تسلیم و تاکید کرده بود که آماده همکاری با کابینه تازه نیست.

وی بعداً به اصرار رضاشاه تسلیم شد، ولی با این که تنها ۱۲ نماینده به او رای مخالف داده بودند، این مخالفت را بهانه قرار داد و آراء موافق را برای تشکیل یک دولت نیرومند کافی ندانست! و کنار رفت.

فخستين قانون ضد پارتى بازى در ايران

در این روز در شهریور ۱۳۱۲، ماده ۲۳۸ مکرر با یک تبصره و دو بند بر قوانین کیفری ایران اضافه شد که در آن زمان یک انقلاب اداری محدود به شمار آمده بود.

طبق این قانون که از نیمه دوم شهریور همان سال به اجرا درآمد هرکس که از نفوذ خود و دیگران — واقعی یا کاذب — در ادارات و سازمان های دولتی سوء استفاده کند به مجازات حبس تادیبی از شش ماه تا دو سال و جریمه نقدی از صد تا هزار تومان (پول آن زمان) محکوم خواهد شد.

www.iranianshistoryonthisday.com